Tác giả: **DOÃN CHÂN NHÂN**
Dịch giả: **Bác sĩ, Nhân tử NGUYỄN VĂN THỌ**

性命雙修萬神主旨

TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

WWW.DAOGIAKHICONG.ORG

Tác giả: **DOÃN CHÂN NHÂN**
Dịch giả: **Bác sĩ, Nhân tử NGUYỄN VĂN THỌ**

性命雙修萬神主旨

TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ TOÀN THƯ

Bản quyền quyển sách này thuộc về:
Bác sĩ Nhân tử Nguyễn Văn Thọ
và NXB Nhân Tử Văn, CALIFORNIA, USA

Vi tính: **WWW.DAOGIAKHICONG.ORG**
(Bản vi tính của quyển sách này không được sử dụng với mục đích xuất bản. Mọi vấn đề về xuất bản và phát hành xin liên hệ với người giữ bản quyền ở trên.)

Hà Nội 1-2007

MỤC LỤC
TÍNH MỆNH SONG TU
VẠN THẦN KHUÊ CHỈ
性命雙修萬神圭旨

Lời tựa 1 2

Lời tựa 2 3

Khắc ***Tính Mệnh Khuê Chỉ*** duyên khởi 4

Đề **Doãn Chân Nhân *Tính Mệnh Khuê Chỉ toàn thư*** 5

Nguyên tập – Mục Lục
元集 - 目錄

1. Tam thánh đồ 三聖圖 6
2. Đại đạo thuyết 大道 說 8
3. Tính mệnh thuyết 性 命 說 14
4. Tử sinh thuyết 死生說 17
5. Tà chính thuyết 邪正說 19
6. Phổ chiếu đồ 普照圖 23
7. Phản chiếu đồ 反照圖 25
8. Thời chiếu đồ 時照圖 27
9. Nội chiếu đồ 內照圖 30
10. Thái cực đồ 太極圖 33
11. Thái cực đồ phát huy 太極圖發揮 34
12. Trung tâm đồ 中心圖 35
13. Hỏa Long Thủy Hổ đồ 火龍水虎圖 37
14. Hỏa Long Thủy Hổ thuyết 火龍水虎說 37
15. Nhật ô, Nguyệt thố đồ 日烏月兔圖 38
16. Nhật ô, Nguyệt thố thuyết 日烏月兔說 39
17. Đại Tiểu Đỉnh Lô đồ 大小鼎爐圖 40
18. Đại Tiểu Đỉnh Lô thuyết 大小鼎爐說 41
19. Nội ngoại nhị dược đồ 內外二藥圖 42
20. Nội ngoại nhị dược thuyết 內外二藥說 43
21. Thuận Nghịch Tam Quan đồ 順逆三關圖 44
22. Thuận Nghịch Tam Quan thuyết 順逆三關說 45

23. Tận Tính Liễu Mệnh đồ 盡性了命圖 46
24. Tận Tính Liễu Mệnh thuyết 盡性了命說 47
25. Chân Thổ đồ 真土圖 48
26. Chân Thổ Căn Tâm thuyết 真土根心說 49
27. Hồn Phách đồ 魂魄圖 50
28. Hồn Phách thuyết 魂魄說 50
29. Thiềm quang đồ 蟾光圖 51
30. Thiềm quang thuyết 蟾光說 51
31. Hàng Long đồ 降龍圖 52
32. Hàng Long thuyết 降龍說 53
33. Phục Hổ đồ 伏虎圖 54
34. Phục Hổ thuyết 伏虎說 55
35. Tam gia tương kiến đồ 三家相見圖 56
36. Tam gia tương kiến thuyết 三家相見說 57
37. Hòa hợp tứ tượng đồ 和合四象圖 58
38. Hòa hợp tứ tượng thuyết 和合四象說 60
39. Thủ Khảm Điền Ly đồ 取坎填離圖 61
40. Thủ Khảm Điền Ly thuyết 取坎填離說 62
41. Quan Âm Mật chú đồ 觀音密咒圖 63
42. Quan Âm Mật chú thuyết 觀音密咒說 64
43. Cửu đỉnh luyện tâm đồ 九鼎煉心圖 65
44. Cửu đỉnh luyện tâm thuyết 九鼎煉心說 67
45. Bát thức qui nguyên đồ 八識歸元圖 68
46. Bát thức qui nguyên thuyết 八識歸元說 70
47. Ngũ khí triều nguyên đồ 五氣朝元圖 72
48. Ngũ khí triều nguyên thuyết 五氣朝元說 72
49. Đãi chiếu đồ 待詔圖 73
50. Đãi chiếu thuyết 待詔說 74
51. Phi thăng đồ 飛升圖 75
52. Phi thăng thuyết. 飛升說 75

Hanh tập - Mục lục
亨集 - 目录

Hàm Dưỡng Bản Nguyên đồ 涵养本原图 77
Khẩu quyết tiết thứ nhất 第一节口诀
HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN CỨU HỘ MỆNH BẢO 80
Tẩy Tâm Thoái Tàng Đồ 98
Thoái Tàng Mộc Dục Công Phu 101
Ngọc Dịch Luyện Hình đồ 104
Ngọc Dịch Luyện Hình Pháp Tắc 106
An Thần Tổ Khiếu đồ 109
Khẩu quyết tiết thứ hai 第二节口诀
AN THẦN TỔ KHIẾU HẤP TỤ TIÊN THIÊN 113
Pháp Luân Tự Chuyển đồ 126
Pháp Luân Tự Chuyển Công Phu 129
Long Hổ Giao Cấu đồ 131
Long Hổ Giao Cấu Pháp Tắc 133
Trập Tàng Khí Huyệt đồ 136
Khẩu quyết tiết thứ ba 第三节口诀
TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT, CHÚNG DIỆU QUY CĂN 140
Thai Tức Quyết 149
Hành Lập Tọa Ngọa Tứ Thiền đồ 154

Lợi tập - Mục lục
利集 - 目录

Thái dược quy hồ đồ 168
Khẩu quyết tiết thứ tư:
THIÊN NHÂN HỢP PHÁT THÁI DƯỢC QUY CĂN 171
Tụ Hỏa tải Kim đồ 195
Tụ Hỏa tải Kim quyết pháp 197
Càn khôn giao cấu đồ 200
Khẩu quyết tiết thứ năm:
CÀN KHÔN GIAO CẤU KHỬ KHOÁNG LƯU KIM 203
Chu Thiên tuyền ki đồ 215
Mão Dậu Chu Thiên khẩu quyết 218
Linh Đơn nhập đỉnh đồ 226
Khẩu quyết tiết thứ sáu:
LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI 228
Hỏa hầu sùng chính đồ 236
Hành hỏa hầu pháp 238
Trường dưỡng thánh thai đồ 243

Trinh tập - Mục lục

贞集 - 目录

Khẩu quyết tiết thứ bẩy:
ANH NHI HIỆN HÌNH, XUẤT LY KHỔ HẢI 246
Anh nhi hiện hình 248
Chân Không luyện hình đồ 255
Luyện hình 255
Thoát Ly khổ ải đồ 261
Đoan củng minh tâm đồ 263
Khẩu quyết tiết thứ tám:
DI THẦN NỘI VIỆN, ĐOAN CỦNG MINH TÂM 265
Hóa thân ngũ ngũ 279
Khóa hạc lăng tiêu 280
Dương Thần xuất hiện đồ 281
Khẩu quyết tiết thứ chín:
BẢN THỂ HƯ KHÔNG SIÊU XUẤT TAM GIỚI 284
Siêu xuất Tam Giới 290
Tì Lô chứng quả 291

TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ
性命 圭 旨

Phật gia y bát bất khinh truyền
Pháp giới hoa trung bán thị liên,
Sắc tướng bản lai kim nhật hiện,
Phi hồi thần chú sử chi nhiên.
Phật gia Y bát chẳng khinh truyền,
Hoa trong Pháp giới nửa là sen,
Sắc tướng ra sao nay hiện hết,
Không cần thần chú chỉ tự nhiên.

Ngang Trì sư phụ đề.

Lời tựa 1
性 命 圭 旨 序

Ta từ lúc trẻ đã mộ đạo, và đã biết rằng trong nước có bộ TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ. Nghe biết từ lâu, nhưng không biết nội dung của sách đó ra sao.

Mãi đến cuối mùa Xuân năm Canh Tuất (1670), mới được hai anh Dư Nhàn và Nhược Tế trao tặng cho quyển sách này. Lúc rảnh đem ra đọc mới nghi là các cao đệ của Doãn Chân Nhân đã viết. Nếu chẳng vậy làm sao biết được xuất xứ của sách.

Trước đây, người ta thường lấy hai tập Trung Hòa và Kim Đơn để luận về cách tu luyện của các bậc Chân Tiên. Còn các sách bàn về Huyền Tông thì tuy chất đầy nhà nhưng chưa thấy có quyển nào hay bằng quyển Tính Mệnh Khuê Chỉ. Nó chỉ cho ta thứ tự của công phu tu luyện, cùng tinh nghĩa diệu lý, sáng tỏ như ánh mặt trời. Những gì tối tăm, khó hiểu của Đơn Đạo đều được giảng giải, phơi bày ra trước mắt. Sách này cùng với sách Long Hổ, Chu Dịch Tham Đồng Khế, Ngộ Chân Thiên cũng giống nhau. Thật đáng quí.

Học giả nếu quán thông được Tính Mệnh Khuê Chỉ sẽ có thể Siêu phàm nhập thánh, trở thành Thiên nhân sư, có thể từ Sắc thân mà chứng Pháp thân, từ Sanh Sanh mà đạt Vô Sanh.

Tuy nhiên, biết được mà tu thì là Thánh nhân, biết mà không tu thì là Phàm nhân. Đó là dụng ý của hai huynh Dư Nhàn và Nhược Tế.

Hai huynh ngày đêm lo lắng, quyết đem ảo diệu, chân đế của sách, in ra cho thiên hạ biết. Sách này bao gồm hết yếu lý trong thiên hạ.

Mong sách này sẽ diệt trừ được bàng môn tả đạo. Hai huynh nhờ tôi đề tựa sách này, nên tôi viết ít lời để đáp ứng lại.

(Tháng 3, Khang Hi năm thứ 9 (1670), nơi am Thượng Chương, Tử Trung Lý đề tựa.)

Lời tựa 2
性 命 圭 旨 序

Tính Mệnh Khuê Chỉ không có tác giả. Tương truyền là của Doãn Chân Nhân cao đệ. Xưa nay rất là hiếm thấy.

Ân Duy Nhất có được một bản giữ đã mấy năm. Tào Nhược Tế thấy sách này, yêu thích không lìa tay, đem cho Châu Dư Nhàn xem, thảy đều hân hoan, thưởng thức. Sách này được in khắc ra là do công lao của Tiền Vũ Chấn. Khi đã in xong, nhờ ta đề tựa. Với ta trình độ hiểu Đạo chưa đến nơi, đến chốn, làm sao dám đề lời. Tuy nhiên ta cũng có điều muốn nói.

Xưa nay Nho, Thích, Đạo vốn ở thế chân vạc, đối lập lẫn nhau, công kích lẫn nhau, chỉ duy sách này là đề cao diệu Lý của đạo gia, lại còn đem tinh ngôn, áo nghĩa của Nho, của Phật nói rõ gót đầu, lấy Trung Hòa, Hỗn Nhất mà đem dung thông, hòa hợp, chỉ rõ lý: Tận tính, chí mệnh. Chỉ rõ chỗ Đồng qui nhi thù đồ của Tam giáo. Lấy 5000 chữ Đạo Đức Kinh giảng giải Đại Đạo, rất là tinh mật, lại lấy Chu Dịch (Nho), lấy Tứ thập Nhị Chương Kinh (Phật) mà giải, tất cả đều quan thông diệu lý, như là xỏ chuỗi ngọc châu.

Xét về Đạo giáo, nay có 96 thứ ngoại đạo, có 3.600 bàng môn. Kẻ thích tiền thì bàn về thuật Luyện Kim, người ham sắc thì nói về bí quyết phòng the. Thật là tục tằn bỉ ổi, khó nói nên lời. Họ bàn về phép Đạo dẫn (dẫn khí trong người) như Hùng Kinh (gấu leo cây), Điểu thân (Chim xòe cánh) để dẫn khí, điều tức, hoặc Rồng ngâm, Cọp rống. Tất cả chỉ nói chuyện xác thân, hình tướng mà không biết gì về tu luyện bản thể.

Gần đây có vị phương sĩ dạy người Phục khí, niệm quyết để khai thông Đốc Mạch trong khoảnh khắc, thoạt cười, thoạt khóc, tứ chi múa may, dao động, trông rất dễ sợ, như kẻ điên cuồng, thế mà họ khoe khoang là Thần thuật. Thật đáng thương thay!

Sách này muốn quét sạch mọi điều phiền tạp, chủ yếu là dạy: Chí Hư Thủ Tĩnh, Hấp Thụ Tiên Thiên. Chỗ cao nhất là bàn về Chân Ý.

Trong con người Chân Ý là Chân Thổ. Động cực thì Tĩnh. Ý mà Tĩnh thuộc Chân Âm. Gọi là Kỉ Thổ.

Tĩnh cực thời động. Ý mà động thuộc Chân dương. Gọi là Mậu Thổ.

Luyện Kỉ Thổ (chỉ Nguyên Thần) thì sẽ được khí Hống trong quẻ Ly, luyện Mậu Thổ (chỉ Nguyên Khí) sẽ được khí Diên trong quẻ Khảm.

Diên hống quy tụ Đan Điền thì Kim đơn kết. Khi đó con người sẽ được trường sinh.

Mậu Kỉ như vậy gồm hai chữ Thổ. Do đó đặt tên sách là Khuê chỉ. Chữ Khuê gồm 2 chữ Thổ (土).

Sách này ý nghĩa thâm sâu. Sánh với Huỳnh Đình Kinh như là hai mặt trong ngoài.

Chu Tử đã tu sửa sách này và làm sáng tỏ nghĩa lý ra, công lao thật là lớn lao. Ân, Tào hai vị đều tinh thông y thuật dưỡng sinh. Còn ta chỉ là kẻ nhiều lời. Trang Tử nói: “Kẻ biết Đạo thì không nói, kẻ nói thì không biết Đạo.” (Tri đạo giả bất ngôn, ngôn giả bất tri đạo).

(Tháng Đầu mùa Hạ, Khang Hi bát niên, năm Kỉ Dậu (1669) nơi nhà họ Ngô, Vưu Đồng cẩn tự.)

KHẮC *TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ* DUYÊN KHỞI
刻性命圭旨缘起

Ngô Tư Minh, người đồng hương với tôi, được quan Đường Thái Sử ở Tân An, trao cho quyển Tính Mệnh Khuê Chỉ, do cao đệ của Doãn Chân Nhân trước thuật. Họ Ngô giữ sách nhiều năm, một hôm đưa cho Cư sĩ Chân Nguyên Phiêu đọc. Cư sĩ quý nó không rời tay, và cho rằng thứ tự công phu của sách, thật là cao siêu huyền diệu, có thể nói là thượng thừa. Đến như hình vẽ và lập luận, thì có thể xưng là Huyền Môn Bí Điển. Nhân đó đem sách công bố cho thiên hạ và nhờ tôi đề tựa.

Tôi xưa nay tu theo Phật giáo, đã lâu không bàn về Đạo giáo, vì lẽ Đạo giáo toàn bàn về Sắc thân.

Sắc thân thì có giới hạn, còn Phật Pháp thì vô biên. Người tu hành Phật môn, lấy Phật pháp làm thân, làm sao có thể bàn về Tính Mệnh với các Đan sĩ được.

Bởi Phật pháp thời không có Tính Mệnh, cũng không có Thân Tâm nữa. Phật pháp mà tu hành đến chỗ viên mãn, thời kế thừa được Pháp Thân.

Huyền Giáo gọi thân là Thất Xích, gọi Tâm là Không Xoang, như vậy vẫn là Trực Hữu chi vật, chứ chưa phải là cái Không Vô của Phật giáo. Tu trì như thế bất quá là thoát vòng duyên nghiệp chứ không thể vào được Phật gia cảnh giới.

Thầy tôi nói: Tu hành có 2 cách:

- Một là: Từ Pháp Giới qui nhiếp Sắc Thân.
- Hai là: Do Sắc Thân siêu xuất Pháp Giới.

Hoa Nghiêm dạy dùng Pháp Giới thu nhiếp sắc thân. Lăng Già Kinh dạy cách cho Sắc Thân siêu xuất Pháp giới.

Tính Mệnh Khuê Chỉ cơ bản dạy người từ Sắc Thân siêu xuất Pháp giới. Nếu thực sự dạy được người Xuất thoát được cõi tượng này, lên được cõi Hư đãng, Không Vô thì cần gì mà bàn tới Thân Tâm nữa? Đó chính là dùng tay chỉ trăng, được Đạo quên lời.

Quan trọng là người tu phải biết Khế hợp với Diệu đạo.

Châu Cư Sĩ theo Huyền môn lại nhờ tôi đề tựa, chứng tỏ giao tình của ông đối với tôi. Đến như ông Ngô Tư Minh là người chân thành khẩn khẩn, từ bao nhiêu năm đã giữ gìn quyển sách, tôi cũng chẳng dám phụ lòng. Tôi kể đầu đuôi câu chuyện duyên khởi để trình bày cùng người hữu đạo.

Giữa mùa hạ, năm Ất Mão, đời Vua Vạn Lịch nhà Minh (1615).

Tân An, Chấn Sơ Tí, ta Vĩnh Ninh Thường Cát đề.

Đề Doãn Chân Nhân
TÍNH MỆNH KHUÊ CHỈ toàn thư
題尹真人性命圭旨全書

Sách này do cao đệ của Doãn Chân Nhân viết ra. Chép lại và quảng diễn ý thầy. Trong đó có nhiều hình vẽ dạy thứ tự công phu tu luyện, có thể nói là tường tận. Đơn Kinh của Huyền Gia ngày nay đầy rẫy, nhưng mà trực tiếp nói lên được vi diệu của Đạo thời duy có sách này. Người Tu Chân dùng sách này mà thông đạt được Đại đạo thì tốt biết bao!

Bạn tôi Dư Thường Cát, là một minh sư tông tôn. Đối với Huyền Giáo không mấy coi trọng. Vì cho rằng Huyền Giáo chỉ trọng Thân mình, nghĩa là muốn trường sinh vẫn không lìa được thân mình. Thế là chưa lìa được Hình Tướng. Mà cảnh giới tối cao của Phật Giáo là Siêu xuất hình tướng để đạt cảnh giới Hư không. Ông đích xác nói thế. Đối với sách này Ông thành khẩn nói lên điều đó. Tuy nhiên Ông nhận rằng con người có thể vào được cõi Phật Gia Thánh Giới. Nếu không chẳng lẽ người xưa nói vô căn cứ hay sao.

Đạo giáo cho rằng: Có biết trường sinh mới hiểu được Luân hồi, có biết Luân hồi mới hiểu được Vô Sinh. (Đạo giáo gọi là cách tu luyện và thứ tự tu luyện như vậy là Thuận tu, nghĩa là từ Hữu nhập Vô, từ Thực tới Hư). Cách tu luyện như vậy có gì không đúng đâu? Thiên hạ vạn vật Thù đồ đồng quy, thiên hạ vạn sự Bách lự nhất trí. Mục đích là một, nhưng thủ đoạn dùng có thể thiên sai vạn biệt. Đạo đức chân lý chỉ có thể có một.

Cao Hoàng luận về Tam giáo có viết:

Thiên hạ vô nhị Đạo, Thánh nhân vô nhị tâm 天下無二道聖人無二心. Thật là vĩ đại. Thế là toàn bộ đạo lý tinh hoa vi diệu đã nói ra hết. Ai là con Trời thì phải nhất tâm, nhất ý thuận theo Thiên đạo, không được bao giờ sai.

Than ôi, con người luân lạc trong vòng sinh tử, nên coi thường Thiên Mệnh Nguyên Tinh. Đọc được sách này như tiếng chuông cảnh tỉnh rất ích lợi cho thân tâm.

Sách này lưu thông, Doãn Chân Nhân sư đệ ở dưới cửu tuyền có thể niệm tụng và tán thán.

Nhân Văn chủ nhân, Châu Nguyên Phiêu đề.

三聖圖

具大總持門若儒道釋之度我度他皆從這里

金臺玉局繞彤雲上有真
人稱老君八十一化長生
訣五十餘言不朽文

佗羅門啓真如出
圓覺海中光慧日
靈山會上說真言
滿舌連花古文佛

六經删定古文章洙泗源
深教澤長繼往開來參造
化大成至聖文宣王

能知真實際而天地人之自造自化只在此中

TAM THÁNH ĐỒ

Đồ bản này có một đôi Liễn, và ba bài thơ ca tụng Thích Ca, Lão Tử, Khổng Tử.
Đôi Liễn viết:

Cụ đại Tổng trì môn, nhược Nho, Đạo, Thích, chi độ ngã, độ tha giai tòng giá lý.
具大总持门若儒道释之度我度他皆从这里
Năng tri chân thật tế, nhi thiên địa nhân chi tự tạo tự hóa chỉ tại kỳ trung
能知真实际而天地人之自造自化只在其中

Ba bài thơ như sau:

Đà La Môn khải, Chân Như xuất, 佗罗门启真如出
Viên giác hải trung, quang tuệ nhật. 圆觉海中光慧日
Linh Sơn hội thượng thuyết chân ngôn 灵山会上说真言
Mãn thiệt Liên Hoa cổ văn Phật. 满舌连花古文佛
Đà La Môn mở, Chân Như hiện,
Tuệ Nhật tỏa ra trong Biển Giác.
Trên núi Linh Sơn giảng Chân ngôn,
Lời ngát hương sen, của cổ Phật.

Kim đài, Ngọc cục nhiễu đồng vân, 金台玉局绕彤云
Thượng hữu Chân Nhân xưng Lão Quân. 上有真人称老君
Bát Thập Nhất hóa Trường Sinh quyết. 八十一化长生诀
Ngũ thập dư ngôn bất thủ văn. 五十余言不朽文
Hồng vân quấn quít lấy Kim Đài.
Chân Nhân trên đó chính Lão quân.
Sách 81 chương truyền bí quyết,
Năm chục nghìn lời chẳng uổng phai.

Lục Kinh san định cổ văn chương, 六经删定古文章
Thù, Tứ nguyên thâm, giáo trạch trường. 洙泗源深教泽长
Kế vãng khai lai tham Tạo Hóa, 继往开来参造化
Đại thành chí thánh Văn Tuyên Vương. 大成至圣文宣王
Lục Kinh san định cổ văn chương,
Hai sông Thù Tứ chảy miên trường.
Tham đạt Hóa công, soi vạn Thế,
Đại thành chí thánh Văn tuyên Vương.

ĐẠI ĐẠO THUYẾT

Thượng Thánh Bao Hi (Phục Hi) lập bát quái dạy người đạo Dưỡng Sinh.

Quảng Thành Tử nói với Hoàng đế: *"Chí Âm lạnh lẽo, Chí Dương nóng nảy. Hàn lãnh sinh từ đất. Nóng nảy phát từ Trời. Ta giúp Ngài đạt cảnh giới Thái Dương, đạt tới căn nguyên của Chí Dương; giúp Ngài vào nơi tăm tối U Minh, đạt tới Căn nguyên của Chí Âm."* Hiên Viên (Hoàng Đế) tái bái và thưa: *"Quảng Thành Tử thật thâm hiểu lẽ tự nhiên, thật là Trời vậy."*

Chu Công viết trong Hệ Từ: Quân Tử chung nhật kiền kiền. 君子終日乾乾

Khổng Tử viết trong Thập Dực: Chung nhật Kiền kiền, phản phục Đạo dã. 終日乾乾, 反復道也

ĐẠO LÀ GÌ?

Đạo là cái gì Lập Thiên Địa, làm cho Trời đất được chính ngôi chính vị, làm cho muôn vật được dưỡng dục, cho mặt trời mặt trăng sáng láng, cho Ngũ Hành sinh hóa, đó là Đạo.

Nhiều thì vô số như cát sông Hằng, cô đơn thì không có ai làm bạn lữ. Đó là Đạo. Nhập vào Hồng Mông rồi lại trở về Minh Tể, đó là Đạo.

Làm mọi việc của Hóa Công nhưng cũng siêu phàm nhập thánh được. Đó là Đạo.

Trước mắt tình hình chưa rõ, mà đột nhiên Linh thông được. Đó là Đạo. Trước mắt thấy chết, không sao thoát được. Đó là đạo.

Ở nơi thấp hèn, đê tiện nhưng vẫn đại tôn quí, đó là Đạo. Ở nơi u minh, vẫn cực cao minh, đó là Đạo. Nhỏ chui lòng bụi, lớn trùm trời đất, đó là Đạo. Từ Vô nhập Hữu, là Đạo. Tác phật, thành Tiên đó là Đạo.

ĐẠO SINH RA VẠN VẬT CÓ THỨ TỰ, TUẦN TIẾT

Truy tới bản nguyên, do một khí ngưng tập, hỗn hỗn mang mang, thâm thúy khôn lường, tương hỗ tác dụng mà hoạt động, hóa sinh, bao hàm vạn Linh, tận kì thần diệu. Đó là NGUYÊN KHÍ, đó là trạng thái của một vật bắt đầu khởi thủy. Đó là Đạo. Thế gọi là VÔ THỦY.

Khi trời đất bắt đầu, thì một khí động đãng, Hư Vô khai hợp, Sống Mái cảm chiêu, Hắc Bạch ngưng tụ, Hữu Vô hỗ tương tác dụng, hỗ tương chuyển hoán, đạm bạc hư tĩnh, chí thánh, chí thần, ảo diệu, linh thiêng, thần minh biến hóa. Giữa cái mơ màng hoảng hốt đó, sinh ra phép tắc tự nhiên cho vũ trụ. Đó gọi là THÁI DỊCH. Đó là CÁI BẮT ĐẦU. Thế gọi là Đạo sinh Nhất. Thế là NGUYÊN THỦY.

Bản Nguyên Trời - Đất là THÁI CỰC. Một khí chia hai. Thế là thế giới tự nhiên tùy tiện phân hóa. Phân thành ÂM – DƯƠNG. Thế là THÁI CỰC. Thế là Nhất sinh Nhị 一生二 . Thế là HƯ HOÀNG 虛皇.

Âm dương đã tách biệt, thế là có Trời – Đất, có con người. Thế là Nhị sinh Tam 二生三 . Thế là HỖN NGUYÊN 混元.

Khí Dương khinh thanh bay lên, sáng láng, rực rỡ, sinh ra Nhật, Nguyệt, Tinh, Thần thì xoay phải.

Khí Dương trong sáng bay lên hợp với Trời. Cho nên có Phong, Vân, Lôi, Vũ.

Âm khí trọng trọc, ngưng trệ xuống đất, thành sông biển, thành núi non, thành ngũ cốc, thảo mộc tốt tươi.

Hang núi sinh mây, sơn trạch thông khí. Nếu Âm Dương bế kết không giao nhau thì có sương tuyết, và lạnh đóng thành băng. Âm khí trọng trọc sẽ ngưng đọng và ngưng tụ xuống dưới, sẽ đóng vào hang động, và ta có Ngũ cốc, Bát thạch. (Bát thạch là những chất Liệu Đơn

gia dùng luyện đơn. Đó là: Đơn Sa, Hùng Hoàng, Thư Hoàng, Không Thành, Lưu Hoàng, Vân Mẫu, Nhung Diêm, Tiêu Thạch).

Trong cõi trời đất này, chính khí Âm Dương giao hoán sinh ra Thánh, Hiền, Tiên, Phật, thứ dân, hiền ngu, thọ yểu, các loài do Thai Noãn Thấp hóa (như Người, Thú vật (thai), chim chóc, cá rùa (Noãn), các loài sâu bọ như trùng, yết (Thấp), hay tự nhiên xuất hiện như Chư Thiên, Địa ngục (Hóa)). Thế là tam sinh Vạn vật 三生萬物.

SỐNG TRONG ĐỜI, BẢN TÍNH TRỜI CHO ĐÃ MẤT SỰ TINH TOÀN, HOÀN THIỆN, CON NGƯỜI PHẢI BIẾT CÁCH TU SỬA LẠI CHUYỆN ĐÓ, BẰNG PHƯƠNG PHÁP "THỦ KHẢM ĐIỀN LY"

Con người nhờ Âm Dương nhị khí hun đúc mà sinh trưởng. Khi tròn 16 tuổi, thì Cửu Tam chi Dương đã thuần, nên cũng sánh được với người Đại Nhân, Thượng Đức. Nhưng một ngày kia, con người càng ngày càng đục đẽo Thiên Chân, Hỗn độn, nên quẻ Kiền không còn tinh thuần, mà biến thành Ly có hào âm ở giữa, và quẻ Khôn cũng biến thành Khảm…

Chí thánh, Thần Nhân, hiểu biết lý do sa đọa của con người: sa đọa vì Kiền đã mất một hào dương và đã biến thành Ly, nên tìm ra cách Thủ Khảm Điền Ly, thay hào Âm quẻ Ly bằng hào Dương quẻ Khảm, cho Ly trở thành Thuần Kiền như cũ.

Thế là bổ túc được Kiền Nguyên, phục hoàn được Hỗn độn, làm toàn vẹn lại được bản tính phú bẩm của Trời, khiến con người trở nên hoàn toàn lại. Cứ thế mà tinh tiến, sẽ được Kim đơn, thành Thánh Thai, và Chân Nhân sẽ hiện, biến hóa vô cùng, ẩn hiện khôn lường, sánh vai cùng Hán Chung Ly, Lữ Động Tân, Vương Trùng Dương, Mã Đơn Dương có khó chi đâu?

Bởi người ta không biết đạo ấy, nên lúc Dương khí còn thịnh tráng thì không biết bảo dưỡng, khi Dương khí đã suy thì không biết cách bổ cứu. Ngày qua tháng lại, Dương khí tận kiệt, Âm khí thịnh mãn, chết đi thành quỷ. Cho nên Tử Dương Chân Nhân nói: "*Thương thay! Thân người khó được, thời gian mau qua, không biết tu trì, làm sao thoát nghiệp báo. Nếu không sớm tỉnh ngộ, chỉ cam tâm chờ chết, lúc đó một niệm mà sai, thì sẽ nhập tam đồ, ác triệt (Tam Đồ là: Hỏa đồ, Huyết đồ, Đạo đồ hay Địa ngục đạo, Súc sinh đạo, Quỉ đạo). Giả như có kinh qua vạn thế, cũng không thể siêu thoát. Có hối cũng muộn*."

CON ĐƯỜNG TU TÌM HIỂU TÍNH MỆNH, TÌM HIỂU BẢN THỂ CON NGƯỜI MÀ BẢN THỂ LÀ THÁI CỰC, LÀ TÂM TÍNH.

Cho nên Tam giáo thánh nhân lấy cái học Tính Mệnh dạy đời. Dạy người tu luyện để siêu xuất sinh tử.

Đạo Nho dạy Thuận Tính Mệnh để trở về với Tạo Hóa. Lý luận thế là đúng công đạo vậy.

Thiền tông dạy coi Tính Mệnh là hư ảo, để đạt Đại giác, Đại ngộ, nghĩa lý đó cũng cao diệu.

Lão Tử dạy: Tu Dưỡng Tính Mệnh để đạt Trường Sinh. Những lời lẽ đó thật thiết tha và hợp Nhân ý. Giáo tuy chia Ba, nhưng Đạo Lý là một vậy.

Nho giáo thánh nhân dậy: An nhữ chỉ, Khâm quyết chỉ, Cấn kỳ chỉ, Chỉ kỳ sở, Tập hi kính chỉ, Tại chỉ chí thiện; Hoàng Trung thông lý, Chính vị cư thể, Tư bất xuất vị; Lập bất dịch phương; Cư Thiên Hạ chi quảng cư; Lập Thiên hạ chi chính vị; Hành thiên hạ chi đại đạo, Hồn nhiên tại Trung; Túy nhiên chí thiện; Thành tận xứ xoang tử lý; Lạc xứ phương thốn; Thần Minh chi xá; Đạo nghĩa chi môn; Hoạt bát bát địa, Lạc tại kì trung; Chuân chuân kì Nhân, Uyên uyên kì Uyên; Hạo hạo kì Thiên; Thiên bất quí nhân; Thoái tàng vu mật; Hà tư hà lự chi Thiên; Bất thức bất tri chi địa,...

安汝止, 钦厥止, 艮其止, 止其所, 缉熙敬止, 在止至善。黄中通理, 正位居体, 思不出位, 立不易方, 居天下之广居, 立天下之正位, 行天下之大道。浑然在中, 粹然至善。诚尽处腔子里, 乐处方寸。神明之舍, 道义之门, 活泼泼地, 乐在其

中。肫肫其仁, 渊渊其渊, 浩浩其天, 天下归仁, 退藏于密, 何思何虑之天, 不识不知之地. . .

Không thể kể xiết, tóm lại chẳng qua là dạy về: Tính Mệnh Chi Đạo[1].

Huyền giáo dạy: Huyền Tẫn chi môn, Thiên Địa chi căn; Sinh thân xứ; Phục mệnh Quan, Kim Đơn chi mẫu, Huyền Quang chi khiếu, Ngưng kết chi sở, Hô Hấp chi căn, Giáp Ất đàn, Mậu Kỷ môn, Tâm Nguyên, Tính Hải, Linh Phủ, Linh Đài, Bồng Lai đảo, Chu Sa đỉnh, Yển Nguyệt Lô, Thần Thất, Khí Huyệt, Thổ Phủ, Cốc Thần, Linh Căn, Bá Bính, Khảm Ly giao cấu chi hương, Thiên Biến Vạn Hóa chi tổ, Sinh Tử Bất tương quan chi địa, Quỉ Thần khuy bất phá chi cơ, không thể chép hết. Nói tóm lại, vẫn là bàn về Tính Mệnh Chi Đạo[2].

玄牝之门, 天地之根, 生身处, 复命关, 金丹之母, 玄关之窍, 凝结之所, 呼吸之根。甲乙坛, 戊己门, 心源, 性海, 灵府, 灵台, 蓬莱岛。朱砂鼎、偃月炉、神室, 气穴、土釜、谷神、灵根、把柄、坎离交媾之乡, 千变万化之祖, 生死不相关之地, 鬼神觑不破之机。

Thiền giáo nói: Bất Nhị Pháp Môn, Thậm Thâm Pháp Giới, Hư Không Tạng, Tịch Diệt Hải, Chân Thật Địa, Tổng Trì Môn, Bỉ Ngạn, Tịnh Thổ, Chân Cảnh Tâm Địa, Cực Lạc Quốc, Như Lai Tạng, Xá Lợi Tử, Bồ Tát Địa, Quang Minh Tạng, Viên Giác Hải, Bát Nhã Ngạn, Pháp Vương Thành, Tây Phương, Thiên Đường, Không Trung, Chân Tế, Giá Cá, Tam Ma Địa, Hoa Tạng Hải, Đà La Ni Môn, Bất Động Đạo Tràng, Ba La Mật Địa…

不二法门、甚深法界、虚空藏、寂灭海、真实地、总持门。彼岸、净土、真境心他, 极乐国。如来藏、舍利子、菩萨地、光明藏、圆觉海、般若岸、法王城、西方、天堂、空中、真际、这个、三摩地、华藏海, 陀罗尼门、不动道场、波罗蜜地。

Không thể kể hết. Tóm lại cũng bàn về Tính Mệnh Chi Đạo[3].

Nho nói: Tồn Tâm dưỡng tánh, Đạo nói: Tu Tâm Luyện Tính, Thích nói: Minh Tâm kiến Tính, Tâm Tính chính là bản thể.

TU LÀ THỰC HIỆN HAI CHỮ TRUNG, NHẤT (THỦ TRUNG)

Nho nói: chấp trung 執中 là chấp cái Trung của bản thể. Đạo nói: thủ Trung 守中, là giữ cái Trung của bản thể. Thích nói: không trung 空中, nghĩa là trong bản thể vốn không có gì. Đạo nói Đắc Nhất 得一, là được cái Nhất của bản thể đó; Thích nói Qui Nhất 歸一, là quay về cái Nhất của bản thể đó; Nho nói Nhất Quán 一貫 là quán triệt cái Nhất của bản thể đó.

Chúng ta nhờ đó mà biết: Nếu chẳng Chấp Trung, chẳng Nhất quán, thì làm sao nên thánh được như Khổng Tử. Nếu chẳng Thủ Trung, chẳng Đắc Nhất thì làm sao mà Thông Huyền

---

[1] Đại cương trong đoạn này, Nho Giáo dạy: Phải biết ngừng nơi Chí Thiện; Đừng lo gì không thuộc phạm vi bổn phận mình. (Xem Đại Học I; Kinh Dịch quẻ Cấn; Trung Dung, chương 14, v.v…).

Kẻ Trượng phu ở trong đức Nhân là chỗ rộng rãi nhất trong thiên hạ, đứng trên đức Lễ là chỗ đứng chính đáng nhất trong thiên hạ; noi theo đức Nghĩa là con đường to lớn nhất trong thiên hạ. (Mạnh Tử, Đằng Văn Công Chương cú hạ, Tiết 2).

Hiền nhân thông lý Trung Hoàng,
Tìm nơi chính vị mà an thân mình.
Đẹp từ tâm Khảm xuất sinh
Làm cho cơ thể xương vinh mĩ miều.
Phát ra sự nghiệp cao siêu,
Thế là đẹp đẽ đến điều còn chi.

(Dịch Kinh, Văn ngôn, hào Lục Ngũ quẻ Khôn.)

Như vậy nghĩa là ta chỉ việc nghĩ đến những gì đẹp đẽ nhất trong con người, tìm cho ra Bản Thể con người, ngừng lại nơi Chí Thiện. Các danh từ trên đều là tên cua Huyền quan nhất khiếu hay Nê Hoàn cung. Tức là chỉ đề cập đến Thái cực hay Bản thể trong con người.

[2] Các danh từ trên đều là tên của Huyền Quan Nhất Khiếu hay Nê Hoàn Cung. Tức là chỉ đề cập đến Thái Cực hay Bản Thể trong con người.

[3] Các danh từ trên có nghĩa như là Cõi Phật hay Niết Bàn, hay Bản Thể.

như Lão Tử; Nếu chẳng Không trung, quy nhất thì làm sao Thiền quán được để thành Như Lai?

Cũng là Một bản thể, nhưng thấy nó Hư Không Vô Trẫm thì cưỡng gọi là Trung; thấy nó hiện ra đầu mối thì cưỡng gọi là Nhất. Trung là kho chứa Nhất, Nhất là Dụng của Trung.

ĐẮC NHẤT

Cho nên Thiên được Nhất mà càng thêm cao đại, Địa được Nhất mà càng thêm rộng dày; Người được Nhất mà càng thêm hoàn mỹ; Hoàng được Nhất mà thêm vinh mỹ; Đế được Nhất mà càng nên thần thánh; Vương được Nhất mà càng nên hiền trí; Hoàng, Đế, Vương chi Đạo đều gốc ở đó. Nho Thánh được Đạo đó càng trở nên Linh chí; Đạo Huyền được đạo đó càng trở nên huyền ảo; Thiền được Đạo đó càng trở nên Tĩnh Tuệ. Thánh Huyền, Thiền chi đạo cũng gốc ở đó.

NHỮNG NGƯỜI ĐẮC ĐẠO XƯA NAY KHÔNG HIẾM.

Làm Hoàng, làm Đế mà đắc đạo thì có Phục Hi, Thần Nông, Hoàng Đế. Ẩn cư mà đắc đạo thì có Lão Tử, Trang Tử, Quan Doãn; làm Vương hầu mà đắc đạo thì có Trương Lương, Hoài Nam; Ẩn cư sơn nham mà đắc đạo thì có Hán Chung Ly, Lữ Động Tân, Trần Đoàn.

Trong trời đất xưa nay, Tiên Phật nhiều vô số kể. Khảo sách vở thấy có hơn mười vạn người "bạch nhật thăng thiên". Những người thành tiên đem cả gia quyền lên trời cũng có hơn 8 nghìn. Kì diệu hơn nữa: Tử Tấn cưỡi chim loan mà bay; Cầm Cao cưỡi cá chép chơi nơi vực thẳm; có người sống lâu như Lý Thoát hơn 800 tuổi, như An Kì Sinh 3.000 tuổi. Có người sống mãi trong dân gian; có người lịch thế rồi thì giải; có người đạo thành, thân thoái; tự lực cánh sinh, không lưu danh tại thế. Làm sao nói cho hết. Có những người sống trong thâm sơn, hang động. Những người thể ấy, thế gian chẳng có thiếu chi. Họ ẩn hiện khôn lường không sao biết hết được.

ĐỢI KIẾP NÀO MỚI TU?

Xưa nay vương công, đại phu biết khuất thân đãi sĩ. Làm được như vậy, chính vì họ thông hiểu lẽ đạo.

Chu Tử nói: Trong trời đất, chí tôn là Đạo, Chí qui là Đức, nan đắc là người. Người sở dĩ khó được là vì phải gồm thâu đạo đức trong mình.

Tiên Triết nói:

Nhân thân nan đắc, kim dĩ đắc,	人身难得今已得,
Đại đạo nan minh, kim dĩ minh.	大道难明今已明。
Thử thân bất hướng kim sinh độ,	此身不向今生度,
Cánh hướng hà sinh độ thử thân?	更向何生度此身？

Thân người khó được, nay đã được,
Đại đạo khó hay, nay đã hay.
Thân này chẳng hướng kiếp này độ,
Đợi đến kiếp nào, mới độ đây?

Người đời không hiểu rõ thân này là hư ảo, đó chỉ là Tứ Đại Giả Hiệp mà thôi. Một kiếp người qua mau như bọt nước, như lửa xẹt trong đá, bừng lên rồi tắt ngay. Con người có thể sống tới trăm tuổi, nhưng sống tới 70 đã thấy hiếm.

Nay mọi người dùng cái thân dễ bị hư hoại của mình, để bôn ba tìm cần những gì bất trắc. Một khi hết thở là chết mất luôn. Mệnh chưa cáo chung, mà Chân Linh đã đầu thai vào xác khác.

Trong khi đó tuy vinh hoa cực phẩm, lộc hưởng nghìn chung, nhà cửa khang trang mỹ lệ, đầy châu báu, ngọc ngà, cũng đều phải bỏ lại, đâu phải của ta. Chỉ còn có môt cái đem theo

được đó là tội nghiệp của ta. Cho nên nói: *Cái gì cũng không đem theo được, chỉ có Nghiệp theo mình.*

Hồi Quang Tập có câu:

Thiên niên thiết trụ hoa khai dị, 千年铁树花开易
Nhất thất nhân thân, tái phục nan. 一失人身再复难
Ngàn năm cây sắt nở hoa dễ,
Một thân đã mất, khó mà tìm.

Ngộ Chân Thiên có câu:

Thí vấn đôi kim đẳng sơn nhạc 试问堆金等山岳
Vô thường mãi đắc bất lai ma? 无常买得不来么?
Bạc vàng ví chất cao như núi,
Nhưng quỷ Vô Thường mua nổi không?

Lữ Thuần Dương viết:

Vạn kiếp sinh thiên đắc cá nhân, 万劫千生得个人
Tu tri tiên thế chủng lai nhân. 须知先世种来因
Tức tốc giác ngộ, xuất mê tân, 即速觉悟出迷津
Mạc sử luân hồi thọ khổ tân. 莫使轮回受苦辛。
Muôn kiếp ngàn đời được cá nhân,
Mới hay kiếp trước đã gieo nhân,
Hãy thoát mê tân, mau giác ngộ
Tránh khỏi luân hồi, khỏi khổ tân.

Trương Tử Dương nói:

Hưu giáo chúc bị phong xuy diệt, 休教烛被风吹灭
Lục đạo luân hồi mạc oán thiên. 六道轮回莫怨天
Đuốc kia sao gió đừng thổi tắt,
Sáu nẻo Luân Hồi chớ trách Trời!

Nói đi, nói lại một điều làm cho mọi người, hãi kinh, thất sắc. Người muốn thoát khỏi luân hồi, chẳng rơi vào lưới đời, không gì bằng tu luyện Kim đơn, đó là Thang Linh bắc lên Trời; đó là đường tắt để thoát phàm. Đạo ấy rất là giản dị. Dẫu tiểu nhân ngu muội, biết được mà tu, cũng có thể thành chánh quả.

Nhiều bậc chân tu, tuy để tâm tu đạo nhưng chẳng chuyên tinh, hay chuyên tinh mà không bền vững, cho nên con người tu thì nhiều, mà người thành đạt thì ít.

Kinh Thư viết: "Biết không khó, mà hành mới khó" 非知之艰, 行之惟艰.

Đạo đức kinh viết: "Thượng sĩ văn Đạo, Cần nhi hành chi" 上士闻道, 勤而行之。*Người thượng đẳng khi nghe biết Đạo. Liền ân cần tiết tháo khuôn theo.* (ĐĐK, 41).

Chỉ nghe mà không hành, làm sao thành Đạo được.

Trần Nê Hoàn viết:

Ngã tích tu hành đắc chân quyết, 我昔修行得真诀
Trú dạ công phu vô đoạn tuyệt. 昼夜功夫无断绝。
Nhất chiêu hành mãn nhân bất tri, 一朝行满人不知,

Tứ diện giai thành dạ quang quyết. 四面皆成夜光阙。

Ta xưa tu hành được chân quyết,

Đêm ngày công phu, không đoạn tuyệt,

Một hôm hành mãn không ai biết

Chỉ thấy hào quang sáng tứ vi.

Mã Đơn Dương viết:

Sư ân thâm trọng chung nan báo, 师恩深重终难报

Thệ tử hoàn tường luyện Chí Chân. 誓死环墙炼至真。

Ơn thày sâu rộng sao đền đáp

Nguyện xin Diện Bích luyện Chí Chân.

Lữ tổ nói:

Tân cần nhị tam niên 辛勤二三年

Khoái hoạt thiên vạn kiếp 快活千万劫。

Khổ sở một vài năm

Sung sướng muôn vạn kiếp.

Trời có khi cũng bị nghiêng đổ, đất có khi cũng bị sụt tan; núi có khi cũng bị kiệt; biển có khi cũng bị cạn. Chỉ có tu thành đạt Đạo, mới có thể cưỡi gió, cưỡi rồng, cưỡi mây tím, ngao du ngoài trời, tiêu diêu nơi hư không. Vận số không hạn chế được ta. Chân thường bản thể ta sống lâu vô hạn; nhìn lại cái vui trần tục thì có gì gọi là vui?

Đạo Đức Kinh viết:

Cố lập thiên tử dĩ chí tam công, tuy hữu củng bích, dĩ tiên tứ mã, bất như tọa tiến thử Đạo. 故立天子以至三公, 虽有拱壁以先驷马, 不如坐进此道

Cho nên đã tiếng vua quan,

Phải đâu rỡn ngọc, đùa vàng trêu ngươi.

Phải đâu tứ mã rong chơi,

Vua quan cốt để tiến Trời vào thân.

TÍNH MỆNH THUYẾT

Ở đời, không học gì hơn là học về Tính mệnh. Nay người đời ít ai hiểu về Tính Mệnh.

Tính là gì? Tính là NGUYÊN THỦY CHÂN NHƯ. Một điểm minh Linh của Tiên Thiên.

Mệnh là gì? Mệnh là một Khí chi tinh, chí thuần của Tiên Thiên.

Nhưng có Tính là có Mệnh. Có Mệnh là có Tính. Ở nơi Trời thì gọi là Mệnh; ở nơi người thì gọi là Tính. Tính và Mệnh không phải là hai. Thực sự, Tính mà không có Mệnh, thì không thể thành lập. Mệnh mà không có Tính thì không thể tồn tại. Tính Mệnh hỗn nhiên hợp nhất, và quan hệ với nhau.

Kinh Dịch viết:

Kiền Đạo biến hóa các chính Tính Mệnh.

乾道變化各正性命

Cơ Trời biến hóa vần xoay,

Làm cho vạn vật thêm hay, thêm tình.

Kiện toàn Tính Mệnh của mình,

Giữ gìn toàn vẹn Tính lành Trời cho.

(Quẻ Kiền, Thoán truyện).

Trung Dung viết: Thiên Mệnh chi vị Tính 天命之謂性

Cả hai có cùng một ý nghĩa.

Huyền Môn Đạo gia cho rằng Mệnh là Khí. Lấy Dưỡng Mệnh làm tông chỉ. Thông qua Luyện Dưỡng Đơn Điền để cầu huyền, lập giáo. Cho nên nói rõ về Mệnh mà bàn sơ về Tính. Do đó mà chẳng biết Tính. Cuối cùng cũng không biết Mệnh.

Thiền gia cho rằng Thần là Tính. Lấy Dưỡng Tính làm tông chỉ. Lấy Ly cung để tu luyện lập giáo (dạy dân bài trừ tạp niệm, và tu Định, nhập Tĩnh), nên bàn nhiều về Tính mà nói sơ về Mệnh. Như vậy là không biết về Mệnh, cuối cùng cũng không biết về Tính. Có hay đâu Tính Mệnh không hề rời nhau. Thích - Đạo vốn không hai nẻo. Thần Khí tuy có hai công dụng, nhưng Tính Mệnh cần phải song tu, cần phải tu luyện đồng thời.

Cái học của hiền nhân là: Tồn Tâm để Dưỡng Tính, Tu Thân để lập Mệnh.

Cái học của Thánh nhân là: Tận Tính để Chí Mệnh. Gọi Tính là khai thủy của Thần. Tính là Thần chưa bắt đầu, nên Thần nhờ đó mà Linh. Mệnh là khai thủy của Khí. Khí gốc ở Mệnh. Mênh là Khí chưa sinh. Khí do đó mà sinh ra. Tính trong thân người tịch nhiên bất động, vốn cương kiện trung chính, thuần túy. Tính này là nơi nương tựa của Khí. Tính cũng nương nhờ vào đó, và là căn bản cho Mệnh.

Thần trong tâm người nhờ cảm ứng mà thông Linh. Ai cụ hỉ nộ ái ố dục là thất tình. Mệnh phải y cứ vào đó, và Tính phải lấy đó làm khu cơ.

Khi Tính chuyển hóa thành Tâm, thì Nguyên Thần từ trong tác dụng, khi Mệnh chuyển hóa thành Thân, thì Nguyên Khí từ trong vận động, cho nên Thân Tâm là sở cư của Tinh Thần mà Tinh Thần là căn bản của Tính Mệnh.

Tính mà hóa dục, biến thiên được là theo khẩu quyết của Tâm; Mệnh mà hóa dục biến thiên được là theo khẩu quyết của Thân.

Kiến giải, tri thức do Tâm mà ra. Tư lự niệm tưởng là do Tâm sai khiến Tính.

Cử động, ứng thù, xuất phát từ Thân. Ngữ mặc, thị thính, do Thân lụy Mệnh.

Mệnh bị Thân khiên lụy, nên có sinh tử; Tính bị Tâm sai sử nên không Khứ Lai.

Có sinh tử thì không Chí Mệnh được. Có Khứ Lai thì không Tận Tính được.

Cho nên đầy rẫy trong Trời Đất đều là Sinh Khí. Tham gia phụ giúp hai bên, hóa dục vạn vật. Đó là Mệnh lưu hành không ngừng nghỉ.

Cho nên đầy rẫy trong Trời Đất là Linh Giác. Hai vầng Nhật nguyệt sáng soi, đều là cái Tính rực rỡ đó. Linh giác vốn gốc ở Tính, khi chưa có Tính, thì Tính ta đã có. Đó là Tính bắt đầu. Khi chưa có Mệnh thì Mệnh ta đã có. Đó là Mệnh bắt đầu.

Thiên khiếu tròn mà tăng Tính. Địa khiếu vuông mà tăng Mệnh. Bẩm hư Linh mà thành Tính. Trung thiên địa mà lập Mệnh. Trong đó có Thần.

Thần tàng ở mũi, Mệnh nơi có Đan Điền. Thần tiềm phục ở Tâm, khí tụ kết ở Thân.

Mệnh gốc nơi Nguyên khí, Tính gốc nơi Nguyên Thần.

Tính có Khí Chất chi tính, (Tính phàm phu) có Thiên phú chi tính (Tính Trời). (Khí chất chi tính là Hậu Thiên chi Tính, Thiên phú chi Tính là Tiên Thiên chi Tính).

Mệnh có phân định chi Mệnh, Hình khí chi Mệnh.

Người quân tử tu Tính Thiên Phú, khắc chế Tính Khí Chất. Tu mệnh Hình Khí mà khắc chế hậu thiên Phân Định chi Mệnh. Phân ra mà nói thì là hai, hợp lại mà nói thì là một. Nghĩa là Thần không lìa Khí. Khí không lìa Thần. Trong thân ta, nếu thần khí tương hợp thì Tính Mệnh trong ta sẽ thấy được.

Tính không lìa Mệnh, Mệnh không lìa Tính: Tính Mệnh trong thân ta mà tương hợp, thì cái Tính Tiên thiên của ta và cái Mệnh Tiên Thiên của ta sẽ thấy được.

Tiên Thiên Tính và Tiên Thiên Mệnh là Chân Tính Chân Mệnh của ta. Chân Tính mệnh của ta là chân tính mệnh của trời đất, là chân tính mệnh của Hư không.

Nên thánh nhân tu trì Giới, Định, Tuệ để Hư Tâm, luyện Tinh, Khí Thần để Bảo thân. Thân bảo thì nền tảng của mệnh sẽ vững vàng, Hư tâm thì tính thể sẽ luôn sáng. Tính mà luôn sáng thì làm gì có Khứ Lai, Mệnh mà vững vàng thì làm gì có sinh tử? Cho nên chết đi là chết cái hình hài. Còn Chân Tính Mệnh của ta thì thông ngày đêm, phối Thiên địa, triệt cổ kim có bao giờ mất mát, tiêu diệt được?

Kìa xem cỏ cây, thấy chúng cũng Qui Căn Phục Mệnh: Tính là thần, cho nên sinh hoa, kết quả và Mệnh cũng ở trong đó. Thần trong Hình, nhập vào Thần trong Tính, nên gọi là Qui Căn Phản Bản.

Lại thường ví như nam nữ cấu tính: nhất điểm nam tinh, lọt vào tử cung, hợp với Khí mà thành Mệnh, mà Tính của ở trong đó. Thế là một âm một dương tương bác, mà một điểm rơi vào Huỳnh Trung (Đan điền) mà sinh ra Tính, bèn diệu hợp mà ngưng, đó là Bất Trắc chi vị Thần. Đó là Tính Mệnh Diệu hợp.

Bởi người không biết nhẽ Diệu hợp, cho nên tu Tính mà không tu Mệnh. Cái phép Diệu hợp tinh túy thần diệu ấy mà không biết, lại không biết thế nào là Suất Tính khiếu diệu, thì làm sao mà tu luyện? Nếu không trôi theo cuồng đãng, thì cũng mất vào không tịch. Không biết Mệnh, cuối cùng đi về đâu?

Tu Mệnh bỏ Tính, không biết Tạo Mệnh công phu là thế nào thì làm sao mà trì thủ?

Nếu không chấp vào hữu tác, thì cũng mất trong Vô vi. Không biết Tính, không tránh được vận số. Cuối cùng chẳng biết Tính Mệnh mình ra sao.

Ta nghe Đức Thích Ca sinh tại Tây Phương cũng biết Đạo Kim Đơn. Đó là Tính Mệnh song tu. Đó là phương pháp tối thượng thừa. Đó là Kim Tiên.

Lữ Tổ cũng nói: "Chỉ tri Tính, bất tri Mệnh, Thử thị tu hành đệ nhất bệnh. Chỉ tu tổ Tính bất tu Đơn, Vạn kiếp âm Linh nan nhập thánh." 只知性, 不知命, 此是修行第一病, 只修祖性不修丹, 萬劫陰靈難入聖. (*Chỉ biết Tính không biết mệnh, đó là tu hành đệ nhất bệnh. Chỉ tu tổ Tính chẳng tu Đơn, vạn kiếp âm hồn khó nhập thánh.*)

Đâu phải như bọn Đạo Dẫn chỉ biết vận động thân thể, nên lấy Hình hài làm Tính Mệnh. Đâu phải như nay, có nhóm luyện thần, luyện khí, lấy Thần khí làm Tính Mệnh, cũng có số người tu Tính, tu Mệnh, coi Hậu Thiên Tính mệnh như Tiên Thiên tính mệnh. Những người làm vậy, chẳng những vô ích cho Tính mệnh mà còn làm hại Tính mệnh. Không biết được Chân Tính mệnh, thật đáng thương.

Có kẻ luận rằng: Thai nhi trong bụng mẹ; hô hấp phối hợp với mẹ, cho nên tính mệnh của mẹ là Tính mệnh của mình. Khi ra khỏi bụng mẹ, khi đã cắt rốn mới có Tính Mệnh riêng. Nhưng đó cũng không phải là Tính Mệnh Chân Thường của chúng ta. Chúng ta phải từ trong Tính Mệnh ấy luyện thành Kiền Nguyên Diện Mục của mình, lộ xuất ra được điểm Chân Linh của mình. Nghĩa là Tâm ta phải biết dùng cái Tính Mệnh Vô Vi sẵn có trong mình, luyện dưỡng thành Kim đơn, làm lộ xuất ra được điểm Chân linh chi khí.

Hình y thần, thì Hình không bị hoại, Thần y Tính thì Thần bất hoại. Thể ngộ được Tính, lại biết Tận Tính Chí Mệnh, thì sẽ đạt được Hư Không Bản Thể sẽ vĩnh cửu, trường sinh vô tận. Trời đất có hoại, nếu trùng lập được Tính Mệnh sẽ tái tạo được Kiền Khôn. Đạo gia không biết cái đó là Bàng Môn. Thích gia không biết đạo lý này thì là Ngoại Đạo, làm sao họp được với Thiên địa chi đức, đồng thể được với Thái Hư? Bàn về Tính Mệnh như vậy có thể gọi là đầy đủ.

TỬ SINH THUYẾT

Đại chúng đều thích sống sợ chết, do đó nên không biết lý do sinh tử. Không biết Sinh từ đâu lại, chết đi về đâu. Trong hiện kiếp thì mải mưu cầu danh lợi, làm suy vi Sinh đạo, không được tiêu diêu. Khi chết rồi tâm hồn mang nhiên luân lạc, hoặc đọa nhập Luân Hồi, không biết chết là thế nào. Cho nên bị luân chuyển.

Vì lẽ đó nên Tiên Phật ra đời, dạy người đại sự nhân duyên, dạy biết chỗ khứ lai, và từ từ dẫn họ ra ngoài Khổ Hải Tử Sinh. Dịch Hệ Từ viết: Nguyên Thủy, Yếu Chung (dò xem đâu là Đầu, Đoán xem đâu là Cuối).

Biết được sinh tử là: Đầu hết khi chưa có Trời đất thì gượng kêu là Kiền Nguyên, đó là Bản Lai Diệu Giác. Đến lúc chung cuộc thì gượng kêu là Đạo Ngạn hay Vô dư Niết bàn.

Sinh là sinh ra và cái Lý phải sinh là do ở đó (Kiền Nguyên). Đến chết là chết, và cái Lý phải chết cũng là do ở đó. (Đạo Ngạn, Vô Dư Niết Bàn).

Như không biết đạo Lý này, thì không thể đạt được vĩnh hằng (hằng cửu), mà chỉ có thể nhân sống mà còn, nhân chết mà mất, trầm nịch vào ác đạo, mất còn không hẹn.

Lúc sinh ra, thì Thức Thần thứ tám là A Lại Gia làm chủ. Khi chết Thức Thần này cũng làm chủ[4]. Cho nên nói: Khứ hậu lai tiên tác Chủ Công.

Kinh phật cho rằng: Kẻ có Thiện nghiệp thì khi chết sẽ lạnh từ dưới lên, kẻ ác nghiệp sẽ lạnh từ trên xuống. Bất kể lạnh từ đâu tới, cũng sẽ kết thúc nơi tim và hình thể sẽ bị diệt.

Lúc bấy giờ như rùa sống cởi mai, như cua bị luộc nước sôi, cái đã sinh thành ra hình thể của ta, là Thổ, Thủy, Phong, Hỏa sẽ phân tán và Thần sẽ ly Hình.

Và Thế giới này cũng tương tự như bức tranh thủy mặc, không biết đâu là Đông, Tây, trên dưới. Hốt nhiên thấy chỗ hữu duyên, một điểm sáng của Hư Vọng bất thực. Từ đó sắc dục sinh ra, sự giao cấu thành hình, tinh dịch trở thành chủng tử, biến ý tượng giao cấu thành thai noãn, mà nhập vào trong tử cung người mẹ. Ở đó hấp thụ được Tiên Thiên Khí Chất của mẹ. Khi đó sớm gồm tứ đại, rồi sinh ra chư căn (Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân, Ý). Tâm ta cũng sớm gồm đủ bộ Ngũ Uẩn (Sắc uẩn, Thụ uẩn, Tưởng uẩn, Hành uẩn, Thức uẩn) và các loại cảm giác, tri giác, ý thức tư duy.

Mười tháng thai hoàn, đến ngày sinh dục, tựa như đất lật, trời nghiêng, người kinh sợ thì bào thai vỡ ra, như người leo núi, trượt chân, đầu xuôi xuống, chân treo lên mà ra đời.

La lên một tiếng, thì Thiên Mệnh Chân Nguyên nhập vào Tổ Khiếu. Ngày thì ở hai mắt và tàng ẩn ở Nê Hoàn. Đêm thì chìm vào giữa hai quả thận, và chứa ở Đơn Đỉnh. Bú sữa để nuôi ngũ tạng, còn khí thì xung khắp lục phủ. Da thịt mềm như lụa, trông mà mắt không nháy, khóc mà tiếng chẳng khan. Thế là hết sức Trung hòa vậy. Đó là Xích Tử hỗn độn, thuần tĩnh vô tri. Thuộc quẻ Khôn thuần Âm.

Từ một tuổi tới ba tuổi, Nguyên khí lớn lên 64 Thù (24 thù là 1 lạng), một Dương sinh nơi quẻ Phục.

Đến 5 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, Hai dương sinh nơi quẻ Lâm.

Đến 8 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, Ba dương sinh nơi quẻ Thái.

Đến 10 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, Bốn dương sinh nơi quẻ Đại Tráng.

Đến 13 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, Năm dương sinh nơi quẻ Quải.

Đến 16 tuổi, Nguyên Khí lại lớn thêm 64 thù, sáu dương sinh nơi quẻ Kiền.

Trộm Chính Khí của trời đất là 360 thù. Cùng với 24 thù nơi Tổ khí của bố mẹ là 384 thù, để toàn vẹn Chu Thiên của tạo hóa, mà làm đúng một cân.

Đến đây thì khí Thuần Dương đã đủ, khí Vi Âm chưa manh nha, tinh khí sung thực. Nếu như gặp chân sư về phương diện tu tính luyện mệnh thì chắc chắn sẽ thành công.

---

[4] A-lại-gia là Tinh thần Bản Nguyên và gồm chủng tử của các hiện tượng, khi đầu thai, thì A-lại-gia đến trước, khi chết thì A-lại-gia đi sau

Từ đó về sau, dục tình nhất động, Nguyên khí phát tán, không biết kiêng kị, tham luyến không ngừng. Cho nên từ 16 đến 24 tuổi, hao tổn Nguyên khí 64 thù, ứng vào quẻ Cấu. Một âm mới sinh, phẩm vật hàm chương, tính thuần hậu phát tán mất. Lúc ấy, lìa gốc chưa xa, như vừa dẫm vào sương của hào sơ. (Lý sương, Kiên băng chí, Khôn, hào sơ lục), nếu siêng năng tu luyện có thể Bất viễn mà trở về (Bất viễn Phục, vô kì hối. Phục, sơ cửu).

Đến 32 tuổi, lại hao thêm Nguyên Khí mất 64 thù nữa, ứng vào quẻ Độn. Hai Âm dần lớn, Dương đức dần tiêu. Dục tình và tư lự như bày ong vỡ tổ, Chân Nguyên bị lưu đãng. Nhưng lúc ấy khí huyết còn phương cương, chí lực còn quả cảm, nếu chuyên cần tu luyện, thì công phu kiến lập Đơn Cơ cũng dễ.

Đến 40 tuổi, Nguyên khí lại hao thêm mất 64 thù, ứng vào quẻ Bĩ. Thiên địa bất giao, Nhị Khí các phục kì sở. Âm dụng sự bên trong, Dương làm khách nên bị đẩy ra bên ngoài. Nếu chịu tu luyện, thì Nguy vẫn trở thành An, Vong cơ vẫn có thể bảo tồn.

Đến 48 tuổi, Nguyên khí lại bị hao tổn thêm mất 64 thù, ứng vào quẻ Quán. Hai hào Âm ở bên ngoài cho nên Dương đức yếu. Âm bay lên trên và Âm khí thịnh. Nếu chịu tu luyện, cũng có thể ức chế được Âm khí mới thịnh mà phò trợ được Dương đức vừa suy vi.

Đến 56 tuổi, lại hao thêm 64 thù vào quẻ Bác. 5 Âm bay lên trên, một Dương muốn trở xuống dưới. Âm khí mạnh như đê muốn vỡ tung. Lúc ấy muốn tu, như tiếp cho lửa sắp tắt, như mưa tưới cho lúa non mới héo.

Đến 64 tuổi, quải khí đã di châu khắp mọi nơi. Nguyên Khí Trời đất cho cha mẹ là 384 thù vừa đúng một cân, hao tán đã tận, ứng vào quẻ khôn. Khôn là thuần Âm dụng sự, Dương khí chưa manh nha. Nếu siêng tu luyện thời thời tái bồi, tiếp ứng, thì Âm cực cũng có thể sinh Dương, lên đến cùng sẽ đi xuống dưới, biến nhu thành cương, biến già thành khỏe trở lại. Lúc ấy mà không gặp bậc Chí Nhân, chăm chăm tu luyện, tuy có thể bảo vệ được cuộc đời tàn, nhưng chỉ có thể bồi bổ Tinh khí hậu thiên, không phục hồi được Tinh Khí Tiên Thiên thì làm sao mà trường sinh bất tử được.

Đó chính là Hư hóa Thần, Thần hóa Khí, Khí hóa Huyết, Huyết hóa Hình, Hình hóa Anh Nhi, Anh Nhi hóa Đồng, Đồng hóa Thiếu, Thiếu hóa Tráng, Tráng hóa Lão, Lão hóa Tử, Tử lại hóa thành Hư, Hư lại hóa thành Thần, Thần lại hóa thành Khí, Khí lại hóa thành Vật, hóa hóa không ngừng, như cái vòng vô cùng.

Vạn vật không muốn sinh mà phải sinh, không muốn chết mà phải chết. Mãi bị sinh diệt; vạn tử vạn sinh, không thoát ly được khổ hải. Kiếp kiếp sinh sinh, luân hồi bất tuyệt, vô chung vô thủy, như bánh xe nước. Tam giới phàm phu, không ai thoát sự trầm nịch này.

Vì người đời không biết sinh từ đâu tới, như vậy, sao không tham khảo xem trước khi cha mẹ sinh ra ta, thì đã chết từ đâu tới. Biết Tới là nơi ta sinh ra. Thế nhân cũng không biết chết đi về đâu. Sao không khảo xem khi hồn thăng phách giáng rồi thì Sinh đi đâu. Biết đi là biết nơi ta chết.

Mấu chốt của Tử là Sinh. Mấu chốt của Sinh là Tử. Cái Cơ sinh tử tương quan với nhau, vì thế mà thường nhân có sinh có tử. Cái Cơ sinh tử không tương quan với nhau, vì thế mà Thánh nhân siêu sinh tử.

Thân ta có sinh tử, Tâm ta vô sinh tử. Biết trở lại thì Tâm sinh. Không biết trở lại thì là Tâm tử.

Cho nên Tiên phật thương con người và dạy rằng: Nhất thiết chúng sinh đều có một điểm Bản Lai Nhất Linh Chân Giác, chỉ vì hôn mê nên chẳng thấy, khiến cho Thiên Mệnh chi Tính trôi nổi theo dòng nước. Chuyển qua nhiều kiếp không giác ngộ, đời đời bị đọa lạc, làm mất thân mình trong loài khác, gửi hồn qua loài khác. Cho nên Chí Chân Tính Căn, không thể trở lại làm người.

Ta nay lấy Thánh Đạo, khiến chúng sinh vĩnh ly vọng tưởng, để cho thân mình được Trường Sanh như Tiên gia, hay Bất Tử như Phật gia.

CHÍNH TÀ THUYẾT

Đại đạo sinh Thiên địa, Thiên địa sinh Nhân, sinh Vật, Thiên Địa Nhân Vật Nhất Tính Đồng Thể.

Trời có Âm Dương, Đất có Cương Nhu, Vật có trống mái, Người có nam nữ. Có Âm dương mới có Nhật Nguyệt Tinh Thần. Có Cương nhu mới có Sơn Xuyên Thảo Mộc. Có trống mái mới có Thai, Noãn, Thấp, Hóa. Có nam nữ mới có phối ngẫu, sinh dục…

Chúng sinh nhân phối ngẫu nên có dâm dục, nhân sinh dục mà có ân ái. Có sinh dục, ân ái nên có ma chướng, phiền não, và vô số khổ ách. Có vô số khổ ách nên có luân hồi, sinh tử.

Vì thế nên Đức Thái Thượng vì có đức hiếu sinh, nên đã mở cửa độ dời, viết kinh, lập phép, dạy dân phản phác hoàn thuần, vô dục thì quán ở Diệu, hữu dục thì quán ở Kiếu (ĐĐK, 1), chí hư thủ tĩnh (ĐĐK, 16), qui căn phục mệnh (ĐĐK, 16), tảo phục trùng tích, thâm căn cố dế, đắc nhất thủ trung(ĐĐK, 5 và 39), hư tâm thực phúc (ĐĐK, 3) nhược chí cường cốt (ĐĐK, 3), tỏa nhuệ, giải phân (ĐĐK, 56), hòa quang đồng trần (ĐĐK, 4 và 56), chuyên khí tri nhu (ĐĐK, 10), bão Nhất vô lý (ĐĐK, 10), tri hùng thủ thư (ĐĐK, 28), tri bạch thủ hắc (ĐĐK, 28), bế môn, tắc đoài (ĐĐK, 52 và 56), bị hạt hoài ngọc (ĐĐK, 70), yểu yểu minh minh. Tinh ngày một tăng, hoảng hoảng hốt hốt, Tinh không bị tiết. Tinh sinh thì càng ngày càng tăng trưởng, tinh không tiết thì không bao giờ kiệt. Tinh có thể hóa Khí, Khí có thể hóa Thần, Thần có thể hoàn Hư, Ngũ hành không trộm mất được, Âm dương không chế phục được. Cùng với Đạo hợp một thể, siêu xuất thiên địa. Đó là cái đạo Thanh Tĩnh Vô Vi của lão Tử.

Đến đời Hán, có Ngụy Bá Dương phỏng theo Kim Bích Kinh để soạn bộ Tham Đồng Khế. Bấy giờ mới có những danh từ Long Hổ, Diên Hống.

Đến đời Đường, nhiều Tiên ra đời, Đơn Kinh cũng được xuất bản, có những danh từ khác lạ ở nơi Đơn Kinh, nhiều không kể xiết. Nhưng xét cho cùng, những danh từ đó cũng chỉ một vật mà thôi.

Vì thánh Nhân phát triển giáo lý, thập phần tế mật, tường tận, chỉ muốn mọi người đều lãnh ngộ mà trở thành Chân. Ai ngờ tên càng nhiều, thì sự càng nhiều. Sách càng nhiều thì đạo càng tối. Lại còn nhiều bí từ, ẩn ngữ làm mất đường vào, khiến học giả cũng đành phải thở dài.

May thầy ta là Doãn Chân Nhân ra đời, tiếp nối hệ thống Đại Đạo, khôi phục lại Vô Danh chi cổ giáo. Sao đính lại cho giản dị, toát lược lại những gì cần yếu, bỏ đi những ẩn dụ tối tăm, để lộ ra Chân Đế, xiển dương Chính Lý, án đồ lập tượng, những gì người xưa không nói ra được thì Thầy nói ra, trực chỉ thế nào là Diên Hống (Nguyên thần, Nguyên khí), thế nào là Long Hổ (Cũng là Nguyên thần, Nguyên khí), thế nào là Đỉnh Lô (Đan Điền), thế nào là Dược vật (dạy muốn luyện thành Nội đơn, phải chuẩn bị mọi yếu tố như cho Nguyên Thần, Nguyên Khí tụ họp nơi Đan Điền, rồi Tâm Tĩnh Nhập Định cho thai tức thành hình, v.v…), thế nào là Thái Thủ (đem Nguyên Thần, Nguyên Khí về kết luyện nội đơn), thế nào là Sưu Thiêm (Thân bất động, và khí định thì là Sưu, Tâm bất động mà Thần Định thì gọi là Thiêm), thế nào là Ôn dưỡng (Điều Lý Trung Hòa), thế nào là Hỏa hầu (tức là phải để tâm vào quá trình luyện công và phải biết điều tiết, không chế), thế nào là Chân Chủng Tử (Chỉ Nguyên Thần, Nguyên khí kết ở Đơn Điền, chỉ cảm thấy mà không biết hình tượng), thế nào là Chân Tính Mệnh (Chỉ kết quả tu luyện khi thành công rồi, lúc ấy nguyên thần từ trong ngực có thể ra ngoài, thành Tiên), thế nào là Kết thai (Chỉ khi kết thành nội đơn, người Tu Chân đạt được Tối cao cảnh giới), có thể Trường Sinh bất tử. Lúc ấy, Khí tức định tĩnh, bất xuất, bất nhập; Ý định Thần tĩnh, Tất Tâm không Hư), thế nào là Liễu Đáng (Chỉ Tu luyện Đơn công tối chung hoàn tất). Thảy đều phát minh, mảy lông không giấu. Sau này những người có chí học đạo sẽ không còn bị Đơn Kinh làm mê hoặc.

Lại nữa, Đơn Kinh, và sách của chư tử nay có đầy rẫy; giảng Lý thì nhiều, nhưng ít lưu khẩu quyết, mới đầu không biết đường vào, kế đến không biết thế nào là Thái dược kết thai (Đem Nguyên Thần, Nguyên Khí về kết nội đơn); cuối cùng không biết thế nào là Chung Qui bản nguyên. Người học sau này không biết thứ tự tu luyện, thì làm sao mà cuối cùng được

Ngưng Kết, Đơn Thành. Cho nên không sao tránh khỏi đảo điên thứ tự, lấy trước làm sau, lấy sau làm trước được.

Học đạo suốt đời, rất nhiều người không biết đường vào cửa Đạo, cũng có người vào được Đạo nhưng không biết đường tiến lên bệ, lên được bệ nhưng không biết vào nhà, vào được nhà nhưng không vào được buồng. Đó là thứ đệ của công phu, đó là việc đầu tiên của Tu Chân. Sao có thể thiếu được.

Tôi rất thích 4 câu kệ này của Tạng kinh:

Chúng sinh vô tận thệ nguyện độ, 众生无边誓愿度
Phiền não vô tận, thệ nguyện đoạn, 烦恼无边誓愿断
Pháp môn vô lượng thệ nguyện học, 法门无量誓愿学
Phật đạo vô thượng thệ nguyện thành. 佛道无上誓愿成。

Vô tận chúng sinh, thề nguyện độ,
Vô tận phiền não, thề dẹp hết.
Vô lượng pháp môn, thề nguyện học.
Vô thượng Phật đạo, thề nguyện thành.

Đức Thế Tôn có nói: *Độ tận chúng sinh rồi mới thành Phật.*

Ta vì thế mà phát một niệm từ bi, đem hết bí quyết của thầy ta truyền dạy phô bày ra không giấu giếm, cho sau này những ai có duyên, sẽ trở lại Thiên Giới mà không sa vào khổ hải nữa. Đó là Tâm Nguyện của ta.

Thứ nhất là: Hàm dưỡng Bản Nguyên, Cứu Bộ Mệnh Bảo (Hàm dưỡng chân vô, cứu hộ bản căn) 涵养本原, 救护命宝。

Thứ hai là: An Thần Tổ Khiếu, Hấp tụ Tiên Thiên (Ý Thủ Đơn Điền, ngưng thần tụ khí) 安神祖窍, 翕聚先天。

Thứ ba là: Trập tàng khí huyệt, Chúng diệu qui căn (Khí tàng Đơn Điền, Chúng diệu qui chi) 蛰藏气穴, 众妙归根。

Thứ tư là: Thiên Nhân hợp phát, Thái dược qui hồ (Thiên nhân đồng phát động, Thái Khí qui Đơn điền) 天人合发, 采药归壶。

Thứ năm là: Kiền Khôn giao cấu, Khử khoáng lưu Kim (Thượng hạ Đơn Điền giao hợp; Nguyên Thần, Nguyên Khí thành Đơn) 乾坤交媾, 去矿留金。

Thứ sáu là: Linh Đơn nhập đỉnh, trường dưỡng thánh thai (Thần Khí ngưng kết nơi Đơn Điền, vĩnh viễn tư dưỡng Linh Tính) 灵丹入鼎, 长养圣胎。

Thứ bảy là: Anh Nhi hiện hình, Xuất Ly Khổ Hải (Nội đơn thành, xuất Khổ hải) 婴儿现形, 出离苦海。

Thứ tám là: Di Thần Nội Viện, Đoan củng Minh Tâm (Di Thần thượng đơn điền, Đoan tọa tức kỳ tâm) 移神内院, 端拱冥心。

Thứ chín là: Bản Thể Hư Không, Siêu xuất tam giới (Chân Nguyên Hư Tĩnh, Siêu thoát Tam giới) 本体虚空, 超出三界。

Trong đó lại có: Luyện hình, Kết thai (kết Đơn), Hỏa hầu để toàn công phu Cửu Chuyển Hoàn Đơn), Đại Đạo khẩu quyết đến đây đã trọn vẹn.

Ngày nay, những người học Đạo, đội mũ cao, mặc bào vuông, tự mãn, tự túc, không chịu hạ mình đến xin thầy ta chỉ cho thứ tự, tu trì, như mù lại giấu mù, chạy vào đường ngang, ngõ tắt, há chẳng biết Đại Pháp có 3.600 thứ, với 24 phẩm Đại Đơn, tất cả đều là Bàng Môn. Chỉ có đạo Kim Đơn này mới là tu hành chính lộ. Trừ đạo này ra, không có đường nào khác để thành Tiên, thành Phật.

Cho nên trong Thượng Hội pháp hoa, đức Thế Tôn nói:

Duy thử nhất thực sự, dư nhị tức phi chân.

Doãn Chân Nhân nói: 96 chủng ngoại đạo, 3.600 bàng môn, tất cả đều hư ảo. chỉ những gì ta nói mới là Chân.

Chung Ly Quyền nói:

Đạo Pháp tam thiên, lục bách môn,	道法三千六百门
Nhân nhân các chấp nhất miêu côn.	人人各执一苗根
Thùy tri tạ tử Huyền Quan khiếu	谁知些子玄关窍
Bất tại Tam Thiên Lục Bách Môn.	不在三千六百门。

Đạo pháp ba nghìn sáu trăm môn
Mỗi người nắm được một miêu côn
Hay đâu là Khiếu Huyền Quan đó,
Không thấy có trong 3.600 môn.

Vì Đại Đạo Huyền Quan khó gặp dễ thành, nhưng kết quả chậm, bàng môn tiểu thuật thì dễ học khó thành, lại kiến hiệu chậm. Cho nên những kẻ tham tài, hiếu sắc thường thường mê muội và chẳng giác ngộ.

Trong đó có số người thích Lô Hỏa (tức luyện Ngoại đơn Hoàng bạch hay Kim Ngọc), có số người lại thích nữ sắc để Thái Âm Hộ Dương, có người chuyên giữ gốc rốn, có người chuyên vận đôi mắt để luyện công, có số người chuyên trì thủ Ấn Đường (Huyệt giữa hai lông mày), có số người chuyên chà xát vành rốn (Hạ Đơn Điền), có người thích lắc Giáp Tích (xương sống lưng), có người thích xoa bóp ngoại thận (Dịch Hoàn) để tồn thần dưỡng khí, có người thích vận chuyển chân khí, có người thích dùng gái trinh để Thái Âm, có người thích bú sữa tại phòng trung, có người thích Bế Tức Hành khí. Có người ưa co duỗi để hành khí, có người thích vận động Tam đơn điền, có người thích hóp bụng co hậu môn để khỏi mất tinh, có người thích hơ lưng nằm tuyết để tu luyện, có người thích ăn Linh Chi và Bạch Truật, có người thích Thôn Khí Yết Tân (nạp khí, nuốt Tân dịch), có người thích Nội Quan Tồn Tưởng, có người thích Hưu Lương Tịch Cốc, có người chịu lạnh và ăn bẩn, có người thích ban tinh, vận khí, có người nhìn mũi, điều hòa hơi thở, có người bỏ vợ vào núi, có người định quan giám hình (nhập dịch thủ hình), có người hùng kinh, điểu thân (bắt chước gấu trèo, chim xòe cánh để luyện phép đạo dẫn), có người nuốt sương và thực khí, có người chuyên ngồi, không nằm, có người lo trừ thất tình, tảo trừ tạp niệm, có người thiền định bất ngữ, có người trai giới, đoạn vi, có người thích mộng du tiên cảnh, có người yên lặng chầu về Thượng đế, có người luyện mật chú trừ tà ma, có người luyện kiến văn, chuyển tụng, có người ăn tinh khí mình để hoàn nguyên, có người bế huyệt Vĩ Lư để khép đóng Dương Quan, có người nấu luyện tiểu tiện gọi là Thu Thực, có người thu kinh nguyệt đàn bà mà họ gọi là Hồng Diên, có người luyện chế Nhau người làm Tử Hà Xa để làm thuốc cường dương, có người dùng Chân Khí để thông kinh, hành khí, trợ giúp việc vợ chồng, có người nhắm mắt, minh tâm để luyện Bát Đoạn Cẩm, có người thổ cố, nạp tân, dùng Hư, Ha, Hô, Hi, Suy, Y (lục tự), có người chuyên Diện Bích có chí muốn Hàng Long, Phục Hổ (Đem Nguyên thần xuống hạ đan điền để phát động thận khí), có người tập khinh công để đạp gió cưỡi rồng, có người muốn hấp thụ tinh hoa của Nhật nguyệt, có người ưa đạp Cương, lý Đẩu để xem sao, có người nương theo các quẻ Truân (sáng), Mông (chiều) để luyện Hỏa Hầu, có người luyện thuật Kim Ngân Hoàng Bạch, thiêu mao lộng hỏa, có người mong trường sinh bất tử, có người muốn bạch nhật siêu thăng lên trời, có người chấp sắc tướng không muốn hóa, có người tu trì Hư Tĩnh cho khí tấn không trở lại, có người giữ Giới, Định, Tuệ để mong giải thoát, có người muốn trừ Sân si để cầu Thanh Tịnh, có người khi còn sống mà muốn siêu thăng Tây Vực Phật Giới, có người nguyện lên Thiên Đường khi chết … phân phân loạn loạn như vậy, không sao kể xiết.

Có nhiều người theo Đạo, theo Thích, chỉ theo một thuật, một quyết như vậy, mà cho đó là Kim đơn Đại Đạo, ô hô, họ như bọn Quản Trung Thiết Báo (dùng ống quản mà xem beo), đáy

giếng nhìn trời, quấy dẫn trăm mối, chi ly vạn trạng, đem Chí Đạo phá đoạn phân môn, lấy mê dắt mê, manh tu, hạt luyện, dẫn người vào đường tà.

Cho nên Vương Lương Khí làm bài: "Phá Mê Ca". Trần Nê Hoàn làm bài "La Phù Ngâm", Chung Ly Quyền làm bài "Chính Đạo Ca", nêu lên những lỗi lầm của bàng môn, cốt để cứu người bước lầm vào đường tà. Nhưng trong đó cũng có một số điều có thể dùng trừ bệnh tật, cứu lão tàn, tăng tuổi thọ, sống đời an lạc. Nếu có ai siêu thoát thì bất quá chỉ làm được Bồng Đảo Tiên hay đắc quả A La Hán mà thôi.

Cho nên Phó Đại Sĩ viết: Nhiêu kinh bát vạn kiếp, chung thị lạc không vong. 饶经八万劫, 终是落空亡.(*Trải qua vạn kiếp cuối cùng cũng lạc vào Không Vong*).

Trương Bình Thúc cũng viết:

Học Tiên tu thị học Tiên Thiên, 学仙须是学天仙
Duy hữu Kim Đơn tối đắc đoan. 唯有金丹最得端。

Học Tiên là phải học Tiên Thiên
Phải học Kim Đơn mới chính truyền.

Vả lại, Đạo Kim Đơn là đạo giản dị không phiền phức, lấy Hư Vô làm Thể, lấy Thanh Tĩnh làm dụng, lấy Hữu vi để thành công trong bước đầu, lấy Vô Vi để thành công khi tới cuối. Từ đầu đến cuối không có gì là cao viễn, nan hành. Tại sao thế nhân không biết rằng Đạo ở gần mà cứ cầu ở nơi xa, việc thì dễ mà cứ tìm chỗ khó. Bỏ sáng, theo tối, chẳng đáng thương sao?

KIM là cái gì kiên cố, ĐƠN là cái gì trọn vẹn, đó chính là Tì Lô Tính Hải (Thượng đan điền) nơi người, Kiền Nguyên (Đầu) Diện Mục của con người. Đức Thế Tôn xưng là "Không bất Không, Như Lai Tạng", Lão Tử gọi là "Huyền hựu Huyền", "Nhập Diệu Môn" (Huyền chi hựu Huyền, Chúng Diệu chi môn).

Nếu gọi đó là Đạo, gọi đó là Vô Thượng chí tôn chi Đạo, nếu gọi đó là Pháp, thì đó là Phép tối thượng nhất thừa.

Hiền thánh Tam Giáo, đều theo đường chính này, còn gì là Chính hơn được đây?

Lòng ta thực muốn theo đời Hoàng Cực Chiêu Minh, với chúng sinh có cùng một nguyên nhân là Kiền Nguyên, cùng nhau kết bạn trong hội Long Hoa, cho nên làm ra thuyết này để đem người về đường chính. Cùng với Đồ thuyết của thầy ta, chỉ rõ từng đồ khiếu, khiến cho học giả ấn chứng Kim Đơn Kinh, khi đã xem qua sẽ không còn nghi hoặc nữa.

普照圖

三藏之竅
竅中有妙
妙竅齊觀
是為普照

天地靈根　不動道場　玄牝之門　不二法門　眞主人
元始祖炁　至善之地　呼吸之根　甚深法界　自然體

何思何慮之天　神明之舍　朱砂鼎　如來藏
不識不知之地　道義之門　赤龍精　腔子裏

虛靈不昧之神　靈明一竅　光明藏　止其所
色空不二之一　活潑潑地　天玄女　自在處

黑白相符　先天地生　黃中通理　虛無之谷　蓬萊島
造化泉窟　宇宙主宰　既濟鼎器　凝結之所　衆妙門

五芝　眞汞　日魂　丹元　神水　方寸　主翁　天君
西南鄉　祖氣穴　極樂國　眞一竅　舍利子　戊己門　法王城　玄關　空中　正位

心源　性海　靈臺　靈關　靈山　赤水　守靈　姹女
眞土　黃中　欄柄　黃庭　規　中　西方　這箇　黃婆　中黃

朱汞　靈府　玉液　丹臺　乾馬　交梨　金烏
淨土　混康　丹扃　守一壇　如意珠　歸根竅　復命關　虛空藏　寂莫海　華光藏

金華　月魄　靈根　橐籥　氣穴　北海　嬰兒
混沌竅　摠持門

玄冥　關元　氣海　土釜
玄竅　生門　死戶　華池

曲江　河車　蓬壺　育嬰　呆胞　火棗　眞鉛
希夷府　懸胎鼎

多寶藏　造化爐
坎離交媾之鄉　千変萬化之祖

無盡藏　偃月爐
生死不相関之地　鬼神観不破之機

瀨氣門　闔闢處
長胎住　息之鄉

安身立　命之家
生殺舍　眞金鼎

PHỔ CHIẾU ĐỒ

Tạo Hóa Huyền Quật
Hắc Bạch Tương Phù

Sắc Không Bất Nhị Chi Nhất
Hư Linh Bất Muội Chi Thần

Bất Thức Bất Tri Chi Địa
Hà Tư Hà Lự Chi Thiên

Nguyên Thủy Tổ Khí
Thiên Địa Linh Căn

Thị vi Phổ Chiếu
Diệu Khiếu tề quan
Khiếu trung hữu diệu
Tam Tạng chi Khiếu

Vũ Trụ Chủ Tể
Tiên Thiên Địa Sinh

Hoạt Bát Bát Địa
Linh Minh Nhất Khiếu

Chí Thiện Chi Địa
Bất Động Đạo Tràng

Đạo Nghĩa Chi Môn
Thần Minh Chi Xá

Ký Tế Đình Khí
Hoàng Trung Thông Lý

Thiên Huyền Nữ
Quang Minh Tạng

Hô Hấp Chi Căn
Huyền Tẫn Chi Môn

Xích Long Tinh
Chu Sa Đỉnh

Ngưng Kết Chi Sở
Hư Vô Chi Cốc

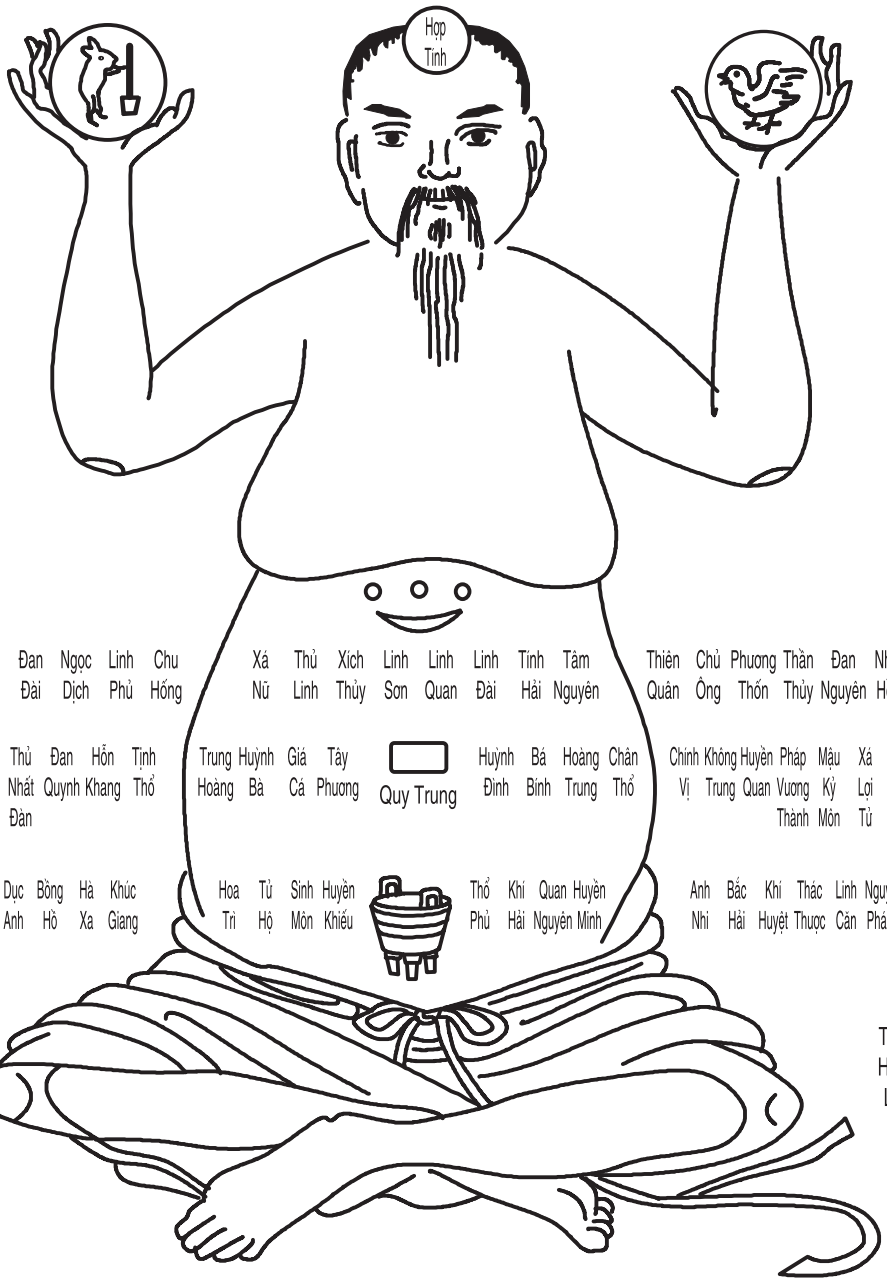
Tự Tại Xứ
Chỉ Kỳ Sở

Thậm Thâm Pháp Giới
Bất Nhị Pháp Môn

Xoang Tử Lý
Như Lai Tạng

Chúng Diệu Môn
Bồng Lai Đảo

Tự Nhiên Thể
Chân Chủ Nhân



Kim Ô
Giao Lê
Kiền Mã
Đan Đài
Ngọc Dịch
Linh Phủ
Chu Hống

Xá Nữ
Thủ Linh
Xích Thủy
Linh Sơn
Linh Quan
Linh Đài
Tính Hải
Tâm Nguyên

Thiên Quân
Chủ Ông
Phương Thốn
Thần Thủy
Đan Nguyên
Nhật Hồn
Chân Hống
Ngũ Chi

Hoa Quang Tạng
Hư Không Tạng
Phục Mệnh Quan
Quy Căn Khiếu
Như Ý Châu
Thủ Nhất Đàn
Đan Quynh
Hỗn Khang
Tịnh Thổ

Trung Hoàng
Huỳnh Bà
Giả Cá
Tây Phương

Huỳnh Đình
Bá Bình
Hoàng Trung
Chân Thổ

Chính Vị
Không Trung
Huyền Quan
Pháp Vương Thành
Mậu Kỷ Môn
Xá Lợi Tử
Chân Nhất Khiếu
Cực Lạc Quốc
Tổ Khí Huyệt
Tây Nam Hương

Huyền Thai Đình
Hi Di Phủ

Chân Diên
Hỏa Tải
Ngốc Bào
Dục Anh
Bồng Hồ
Hà Xa
Khúc Giang

Hoa Tri
Tử Hộ
Sinh Môn
Huyền Khiếu

Thổ Phủ
Khí Hải
Quan Nguyên
Huyền Minh

Anh Nhi
Bắc Hải
Khí Huyệt
Thác Thược
Linh Cân
Nguyệt Phách
Kim Hoa

Tổng Trì Môn
Hỗn Độn Khiếu

Quỷ Thần Khuy Bất Phá Chi Cơ
Sinh Tử Bất Tương Quan Chi Địa

Yển Nguyệt Lô
Vô Tận Tạng

Tạo Hóa Lô
Đa Bảo Tạng

Thiên Biến Vạn Hóa Chi Tổ
Khảm Ly Giao Cấu Chi Hương

Chân Kim Đỉnh
Sinh Sát Xá

Mệnh Chi Gia
An Thân Vị

Túc Chi Hương
Trường Thai Trụ

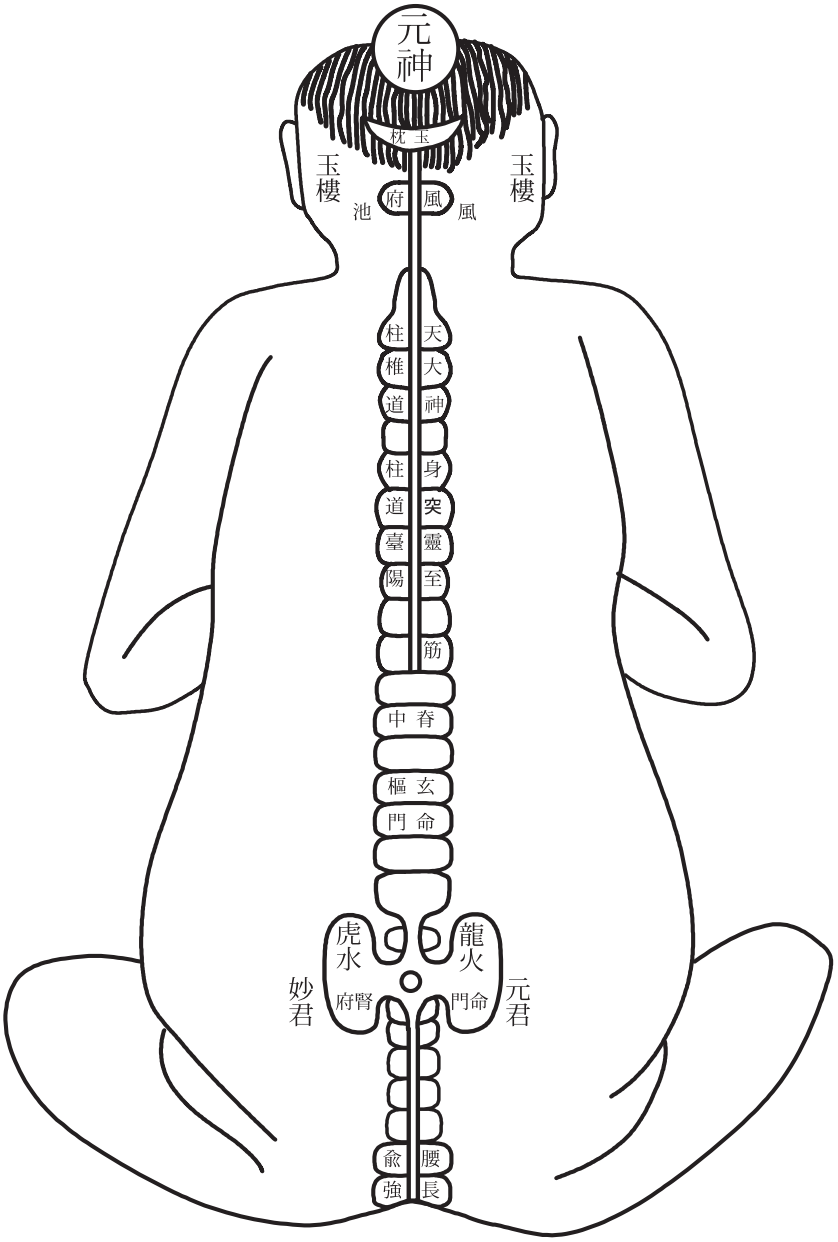
Hạp Tịch Xứ
Hạo Khí Môn

圖照反

崑崙頂
清虛府
上天関
交感宮
三摩地
最高峰
崆峒山
玄室
黄房
天宮
眞際
上島
天根
玄門
彼岸
瑤池
泥丸
天谷
天堂
内院
紫府
寥天
帝乙
甑山
天符
玄都
祝融峰
太微宮
摩尼珠
上丹田
紫金城
流珠宮
玉京山
紫清宮
太淵池

翠微宮
圓覚海
中一宮
陀羅尼門
腦血之瓊房
魂精之王室

上土釜
威光鼎
般若岸
波羅蜜地
百靈之命宅
津液之山源



天人合發之機
子母分胎之路
九重鐵鼓
太玄関
尾閭穴
朝天嶺
氣海門
曹溪路
三岔口
平易穴
咸池
陰端
禁門
會陽
長強
魄門
地軸
陰蹻
桃康
人門
鬼路
會陰
谷道
龍虎穴
三岔骨
虛危穴
河車路
上天梯
生死穴
藏金斗
三足金蟾
陰陽変化之郷
任督接交之處

PHẢN CHIẾU ĐỒ

Thái Giả Tri | Tử Thanh Cung | Ngọc Kinh Sơn | Lưu Châu Cung | Tử Kim Thành | Thượng Đan Điền | Ma Ni Châu | Thái Vi Cung | Chúc Dung Phong | Huyền Đô | Thiên Phủ | Tắng Sơn | Đế Ất | Liêu Thiên | Tử Phủ | Nội Viện | Thiên Đường | Thiên Cốc | Nê Hoàn | Dao Trì | Bỉ Ngạn | Huyền Môn | Thiên Căn | Thượng Đảo | Chân Tế | Thiên Cung | Huỳnh Phòng | Huyền Thất | Không Động Sơn | Tối Cao Phong | Tam Ma Địa | Giao Cảm Cung | Thượng Thiên Quan | Thanh Hư Phủ | Côn Lôn Đình

Thượng Thổ Phủ

Uy Quang Đỉnh

Bát Nhã Ngạn

Ba La Mật Địa

Bách Linh chi Mệnh Xá

Tân Dịch chi Sơn Nguyên

Túy Vi Cung

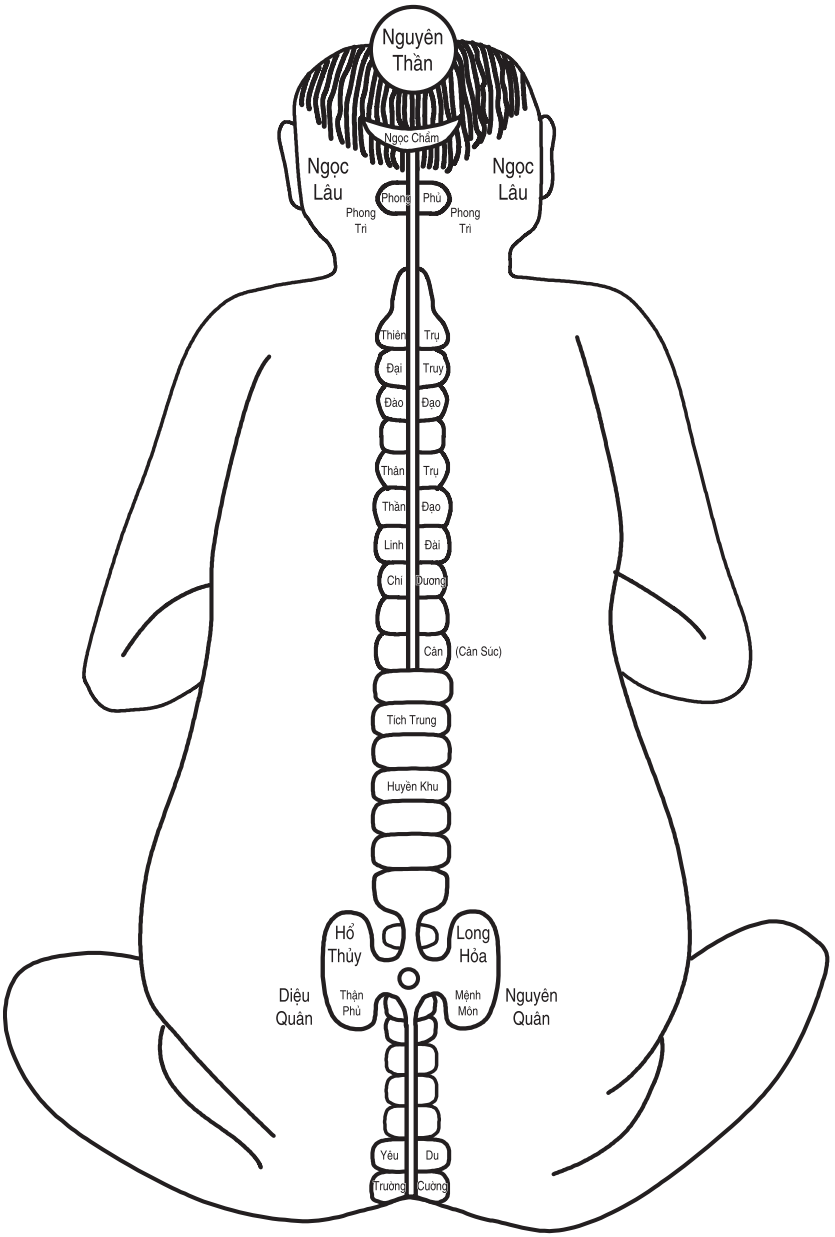
Viên Giác Hải

Trung Nhất Cung

Đà La Ni Môn

Não Huyết chi Quỳnh Phòng

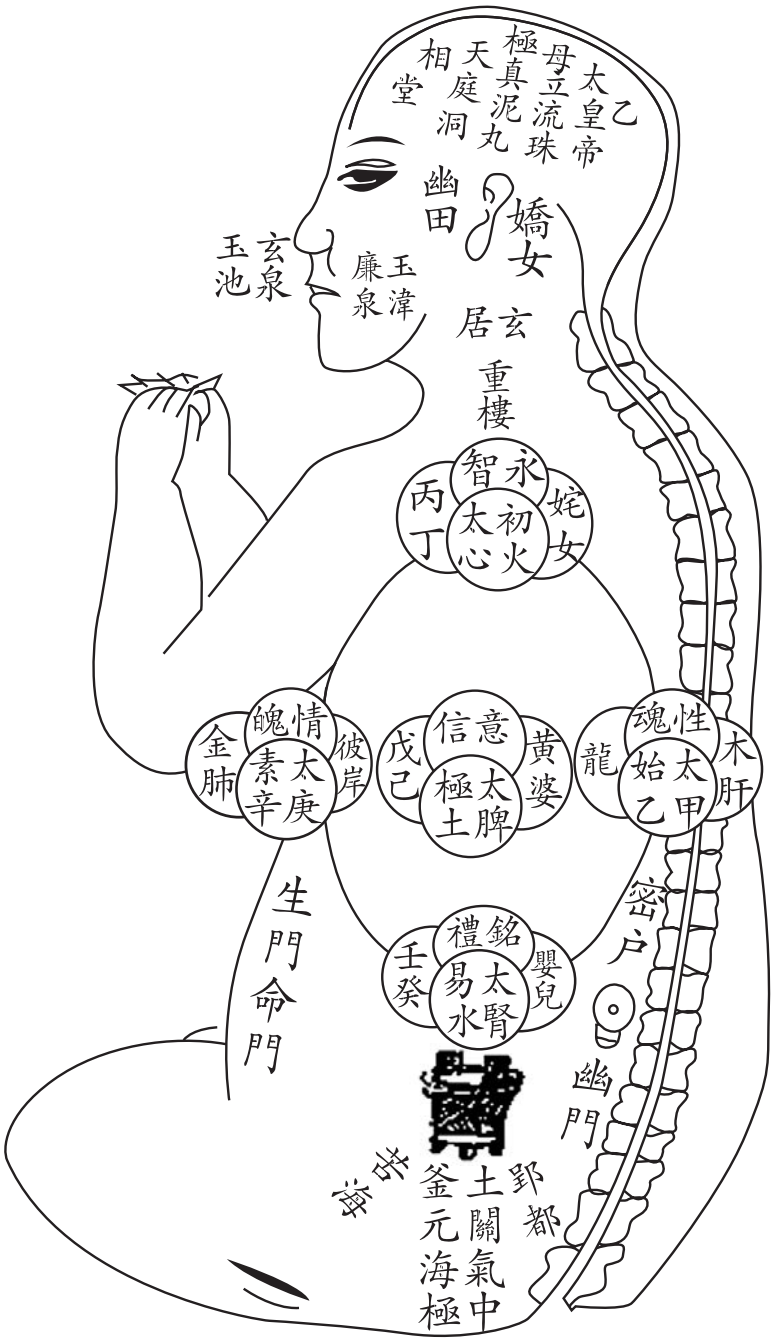
Hồn Tinh chi Vương Thất



Nhâm Đốc Tiếp Giao Chi Xứ | Âm Dương Biến Hóa Chi Hương | Tam Túc Kim Thiền | Tàng Kim Đầu | Sinh Tử Huyệt | Thượng Thiên Khê | Hà Xa Lộ | Hư Ngụy Huyệt | Tam Ban Cốt | Long Hổ Huyệt | Cốc Đạo | Hội Âm | Quỷ Lộ | Nhân Môn | Đào Khang | Âm Kiều | Địa Trục | Phách Môn | Trường Cường | Hội Dương | Cấm Môn | Âm Đoan | Hàm Tri | Bình Dị Huyệt | Tam Ban Khẩu | Tào Khê | Khí Hải Lộ | Triều Thiên Môn | Vĩ Lãnh | Lư Huyệt | Thái Huyền Quan | Cửu Trùng Thiết Cổ | Phân Thai Lộ | Tử Mẫu Thai Chi Cơ | Thiên Nhân Hợp Phát Chi

時照圖

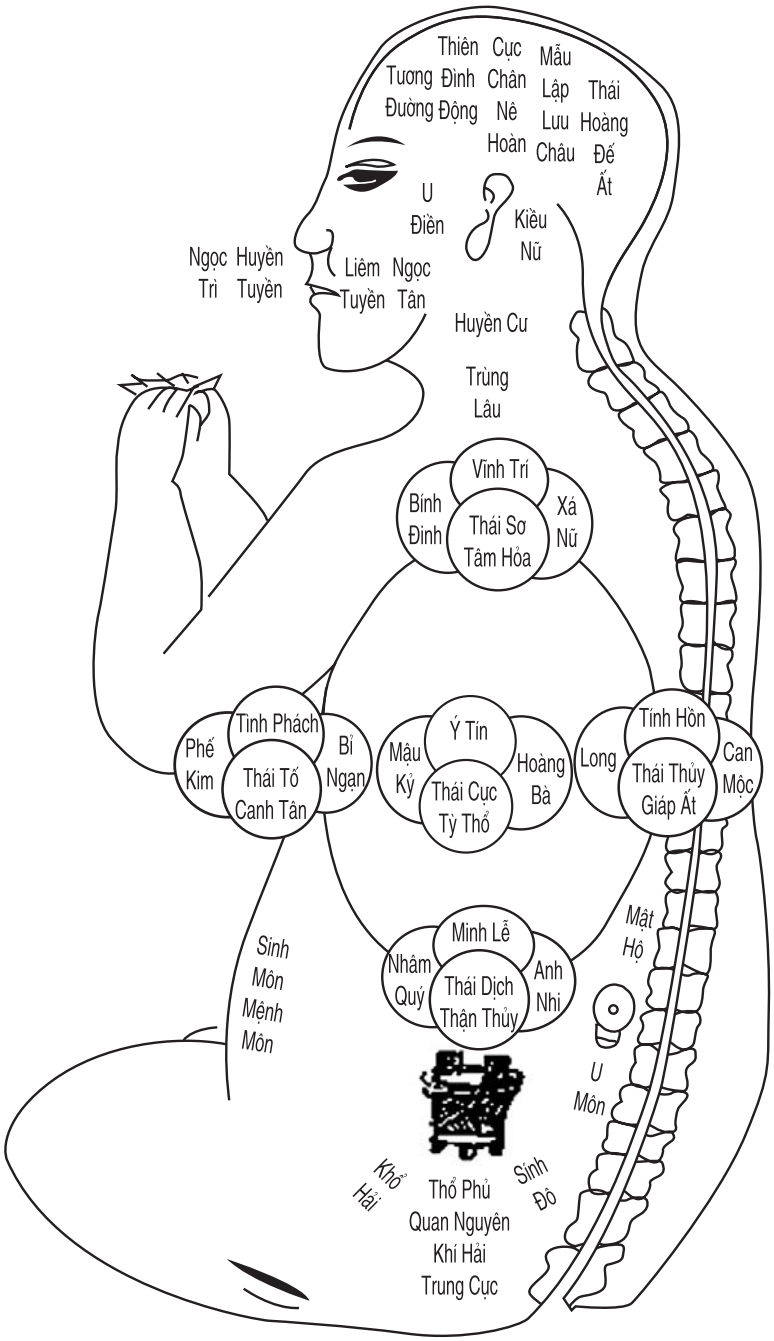
人之元氣逐日發生子時復氣到尾閭醜時臨氣到背堂寅時泰氣到玄樞卯時大壯氣到夾脊辰時書氣到陶道巳時乾氣到玉枕午時垢氣到泥丸未時豚氣到明堂申時否氣到膻中酉時觀氣到中浣戌時剥氣到乾闕亥時坤氣而歸于氣海矣



人身有任督二脉爲陰陽之總任脉者起于中極之下循腹裏上關元至咽喉屬陰脉之海督脉者起于下極之腧穿脊裏上風府循額至鼻屬陽脉之海鹿運屬閭蓋能通其督脉也龜納鼻息蓋能通其任脉也人能通此二脉則百脉皆通而無疾矣

人之元氣逐日發生子時復氣到尾間醜時臨氣到背堂寅時泰氣到玄樞卯時大壯氣到夾脊辰時書氣到陶道巳時乾氣到玉枕午時垢氣到泥丸未時豚氣到明堂申時否氣到膻中酉時觀氣到中浣戌時剥氣到乾闕亥時坤氣而歸于氣海矣

圖　照　時



人身有任督二脉爲陰陽之總任脉者起于中極之下循腹裏上關元至咽喉屬陰脉之海督脉者起于下極之腧穿脊裏上風府循額至鼻屬陽脉之海鹿運屬閭蓋能通其督脉也龜納鼻息蓋能通其任脉也人能通此二脉則百脉皆通而無疾矣

THỜI CHIẾU ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Nguyên Khí vận hành:

Nguyên Khí con người theo thời gian phát sinh:

Giờ Tý Phục khí đến Vĩ Lư (Lúc ấy Nhất Dương chi khí thượng thăng, vào huyệt Vĩ Lư, nơi chót cuối xương sống).

Giờ Sửu, là Quẻ Lâm, khí đáo Thận Đường.

Giờ Dần là Quẻ Thái, khí đến Huyền Khu.

Giờ Mão là Quẻ Đại Tráng, khí đến Giáp Tích.

Giờ Thìn là Quẻ Quải. Khí tới Đào Đạo

Giờ Tị là Quẻ Kiền. Khí tới Ngọc Chẩm.

Giờ Ngọ là Quẻ Cấu. Khí tới Nê Hoàn.

Giờ Mùi là Quẻ Độn. Khí đến Minh Đường (Dưới Họng).

Giờ Thân là Quẻ Bĩ. Khí đến Đản Trung (Giữa 2 vú).

Giờ Dậu là Quẻ Quán. Khí đến Trung Quản.

Giờ Tuất là Quẻ Bác. Khí đến Thần Quyết (Rốn).

Giờ Hợi là Quẻ Khôn, Khí về Khí Hải (Dưới Rốn 1 tấc rưỡi).

Thân người có hai mạch Nhâm Đốc, tổng quản Âm Mạch, Dương Mạch. Mạch Nhâm khởi từ Trung Cực (Đan Điền hạ huyệt), tuần hoàn trong ruột, tới Quan Nguyên (dưới rốn 3 tấc), đến Yết Hầu, làm chủ Âm mạch.

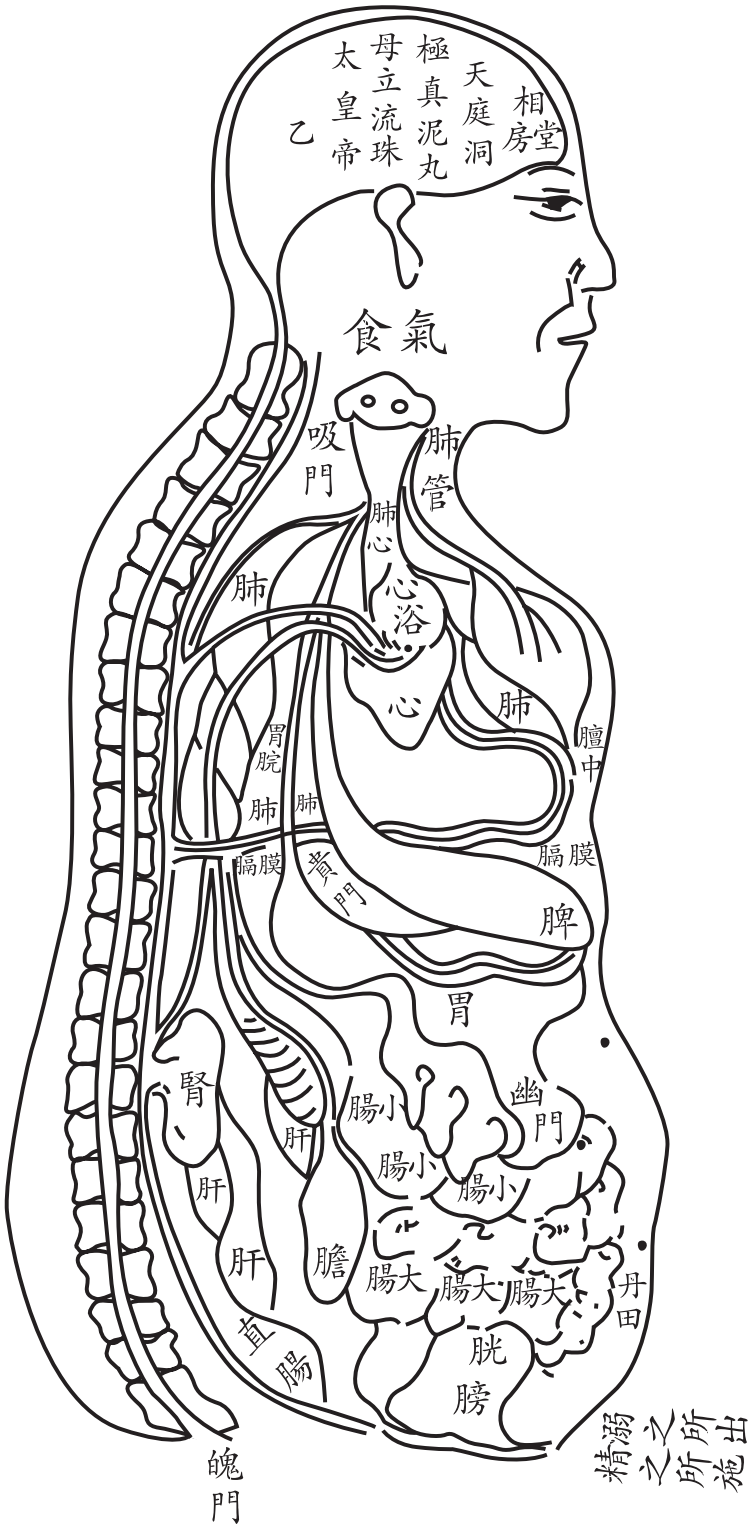
Đốc Mạch khởi từ Hội Âm, xuyên qua xương sống lên đến Phong Phủ, theo trán xuống mũi, làm chủ Dương Mạch.

Qui tức là thở bằng Nhâm Đốc không thở bằng mũi.

Ai thông được 2 mạch Nhâm Đốc thì các mạch đều thông và không bị bệnh tật.

心者君主之官也神明出焉肺者相傅之官治節出焉肝者將軍之官謀慮出焉膽者中正之官決斷出焉膻中者臣使之官喜樂出焉脾胃者倉廩之官五味出焉大腸者傳道之官變化出焉小腸者受盛之官化悟出焉腎者作强之官技巧出焉

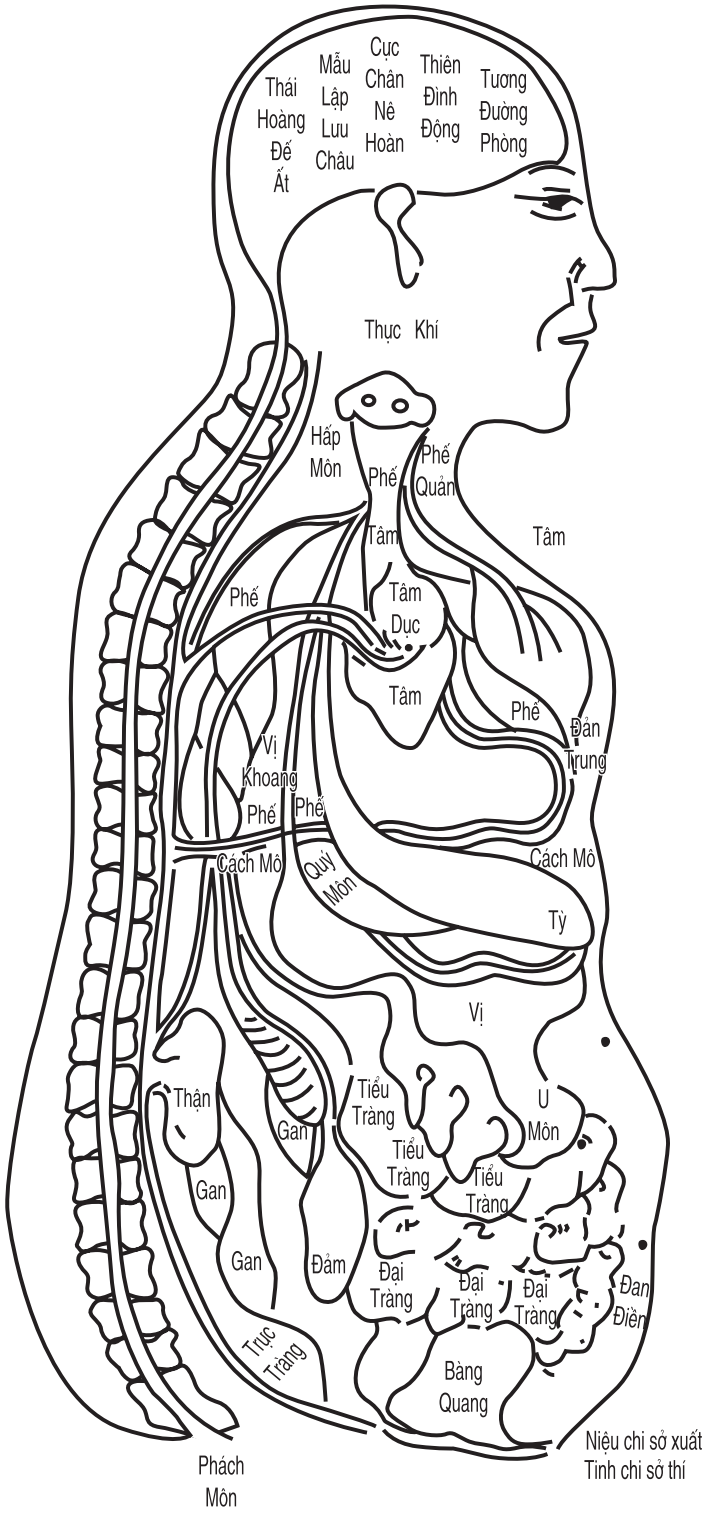
內照圖



腦者髓之海諸髓皆屬之故上至泥丸下至尾骶俱腎主之膻中在兩乳間爲氣之海能分布陰陽爲生化之源故名曰之海膈膜在肺下與肋腹周圍相著如幕矣遮濁氣使不薰蒸上焦幽門在大小腸之間津液滲入膀胱滓穢流入大腸變化出矣

心者君主之官也神明出焉肺者相傅之官治節出焉肝者將軍之官謀慮出焉膽者中正之官決斷出焉膻中者臣使之官喜樂出焉脾胃者倉廩之官五味出焉大腸者傳道之官變化出焉小腸者受盛之官化悟出焉腎者作强之官技巧出焉

內照圖



腦者髓之海諸髓皆屬之故上至泥丸下至尾骶俱腎主之膻中在兩乳間爲氣之海能分布陰陽爲生化之源故名曰之海膈膜在肺下與肋腹周圍相著如幕矣遮濁氣使不薰蒸上焦幽門在大小腸之間津液滲入膀胱滓穢流入大腸變化出矣

NỘI CHIẾU ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Tâm như Quân Chủ, Thần Minh do đó mà ra.

Phế như quan Phụ Tá. Nó đem lại sự tiết độ.

Gan như Tướng Quân, chủ mưu lự.

Đởm như là quan trung chính. Nó quyết đoán mọi sự.

Đản Trung (giữa 2 vú) là quan đồng thần sứ. Nó sinh ra Hỉ Lạc.

Tì như quan Thương Lẫm. Nó sinh ra ngũ vị.

Đại Trường như quan truyền đạo. Nó sinh biến hóa.

Tiểu Trường như quan Thụ Thịnh. Nó hóa mọi vật.

Thận như quan tác cường. Kỹ xảo do đó mà sinh.

Não như Tủy Hải. Tủy trong người tụ nơi đó. Trên thì tới Nê Hoàn, dưới thì xuống Vĩ Lư, do mạch Đốc làm chủ.

Đản Trung ở giữa hai vú. Đó là nơi Khí tụ, phân bố Âm Dương, cội nguồn sinh hóa. Nên gọi là Bể.

Cách Mô dưới Phổi, cùng với xương sườn, bụng dính nhau. Tựa như tấm màn, khiến cho trọc khí không nung nấu được thượng tiêu.

U Môn ở giữa Tiểu Tràng, Đại Tràng, làm cho Tân dịch thấm nhập Bàng Quang, lọc uế trược cho vào Đại Tràng. Biến hóa xuất phát từ đấy.

***

*Giải thích các hình vẽ trên

1. Phổ chiếu đồ.

Tầng thứ Nhất: Trực chỉ Khiếu: Tâm Nguyên, Tính Hải.

Tầng giữa: Trực chỉ Khiếu: Hoàng Trung Chính Vị.

Tầng dưới: Trực chỉ Khiếu: Quan Nguyên, Khí Hải.

Gọi là Tiền Tam Quan.

2. Phản Chiếu đồ.

Tầng dưới cùng: Trực chỉ Khiếu Vĩ Lư Thái Huyền.

Tầng dưới là Khiếu Giáp Tích Song Quan.

Tầng trên cùng là Khiếu Thiên Cốc, Nê Hoàn.

Đó là Hậu Tam Quan.

Mã Đơn Dương nói: Tiền Tam Tam, Hậu Tam Tam, thu thập khởi, Nhất đảm đảm. 前三三, 后三三, 收拾起, 一担担 (*Tiền Tam Tam, hậu tam tam, Thu thập thành một gánh.*)

3. Thời chiếu đồ.

Phát huy cơ Dương Thăng, Âm Giáng, Tứ tượng hoàn trung chi diệu.

4. Nội chiếu đồ.

Chỉ bày Ngũ tạng, lục phủ, 24 xương chùy, Nhâm Đốc nhị Mạch, để người tu trì biết đường mà hạ thủ công phu.

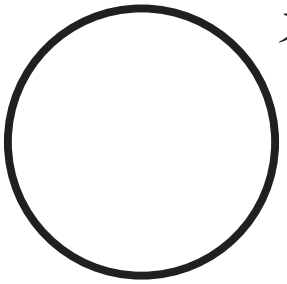
Nếu người không hiểu rành về Khiếu mà nói tu, khác gì chưa biết đứng mà đòi biết đi.

Xưa nay chư tiên chỉ khẩu khẩu tương truyền, tâm tâm tương thụ, không dám đem khiếu này chỉ vẽ cho đời, vì sợ tiết lậu Thiên cơ.

Nay Thày ta, công khai Chính tri của Phật, coi chúng sinh như con, lại vẽ bốn đồ hình này để tiếp dẫn người sau chưa biết. Đó là ý muốn phổ độ những người có duyên để cùng ra khỏi khổ hải sinh tử.

太極圖

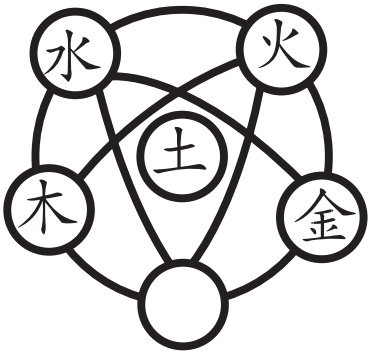
無極



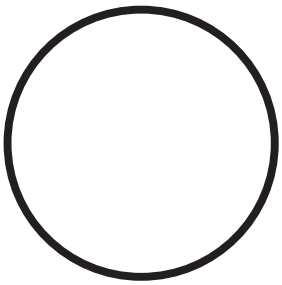
極太

陽動

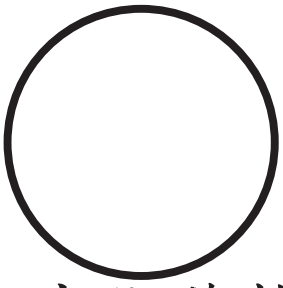
陰靜



乾道成男



坤道成女



生化萬物

THÁI CỰC ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Vô Cực 无极, Thái Cực 太极

Dương động 阳动, Âm tĩnh 阴静

Kim 金, Mộc 木, Thủy 水, Hỏa 火, Thổ 土

Khôn đạo sinh Nữ 坤道生女, Càn đạo sinh Nam 乾道生男

Vạn vật hóa sinh 万物生化

Vòng tròn này, Phật gia gọi là Giác, Đạo gia gọi là Kim Đơn, Nho gia gọi là Thái Cực. Gọi Vô Cực (Nguyên Thủy vô vật) mà Thái Cực (Phái Sinh vạn vật chi Bản Nguyên) nghĩa là không thể truy cứu được sự bắt đầu của nó. Khi con người sơ sinh, có một điểm Linh Quang, đó là Nguyên Nhân sinh ra hình tướng, đó là Thái Cực thuyết. Khi cha mẹ chưa sinh, thì có một khối Thái Hư. Đó là chủ trương: hình tướng ta sinh ra có nơi có chốn. Đó là thuyết Vô Cực.

Độ sư nói: Dục nhận Bản Lai chân diện mục. Vị sinh thân xứ thị Thái Hư.

Doãn Chân Nhân thuyết: Thái Cực có một Lý, tự vận hành gọi là Thời Hầu. Trời đất tuy lớn nhưng cũng không ngoài một hơi thở. Khi ngưng kết bất động thì gọi là Chân Chủng. Chân Chủng ấy tuy nhỏ như hạt thóc, nhưng tranh thắng được với trời đất, lúc an phục qui căn, tĩnh tức tra minh thì là Thời Hầu Thái Cực (Khi tĩnh), Dựng dục kết thực, giao cấu kết thai thì là Chân Chủng. Thái Cực (khi hoạt động). Nếu ta bảo tồn được hai cực đó mà không mất mát, thì sẽ trường sinh bất hóa, há đâu chỉ trọn một kiếp người mà thôi.

THÁI CỰC ĐỒ PHÁT HUY

Lớn thay là Thái Cực trong ta. Nó sinh sinh hóa hóa. Cùng đất trời chung thủy. Nếu được trường sinh, bất hoá nó sẽ siêu xuất thiên địa. Không làm hại sự sống, không chết oan uổng, sẽ sống trọn một đời. Nếu đoạn tuyệt được sinh tử, sẽ trường sinh, bất hóa. Sống trọn tuổi đời cũng khác phàm phu. Nếu trường sinh, bất hóa, có thể đồng Tiên Phật. hai lẽ đó đều từ Thái Cực phát xuất ra nhưng tác dụng không giống nhau.

Người người đều biết rằng Thái Cực có từ trước trời đất, vạn vật, nhưng không biết rằng sau khi đã có trời đất vạn vật, thì vạn loài vẫn có đủ Thái Cực. Thái Cực có Thời Hầu, có Chân Chủng.

Khi chưa có trời đất vạn vật, thì Thái Cực ở hội Tuất, Hợi. Có hai hội này, Thái cực mới có được Nhất Nguyên Tạo Hóa (Một Nguyên là 129.600 năm, một hội là 10.800 năm).

Mỗi năm Thái Cực ở hai tháng: tháng 9 và tháng 10. Có được hai tháng ấy, Thái Cực mới có được một năm tạo hóa.

Mỗi tháng có 5 ngày Thái Cực, từ 26 tới ngày 30. Nhờ có 5 ngày này, Thái Cực mới có 1 tháng Tạo Hóa.

Mỗi ngày có hai giờ Thái Cực là giờ Tuất và giờ Hợi. Nhờ hai giờ này, Thái Cực mới có 1 ngày Tạo Hóa.

Mỗi giờ Thái Cực tại yểu yểu, minh minh hai Hầu. Nhờ hai Hầu này, Thái Cực mới có một giờ Tạo Hóa.

Ở động vật, thì Thái Cực an phúc, sinh nở vào ban đêm. Ở thực vật, thì Thái Cực quy căn, kết trái. Ở người, thì Thái Cực, yên tức, ảo minh, giao cấu, kết thai.

Giao cấu đúng thời, điều dưỡng đúng phép, sẽ không làm tổn thương Thái Cực, thì sẽ sống một đời bình thường.

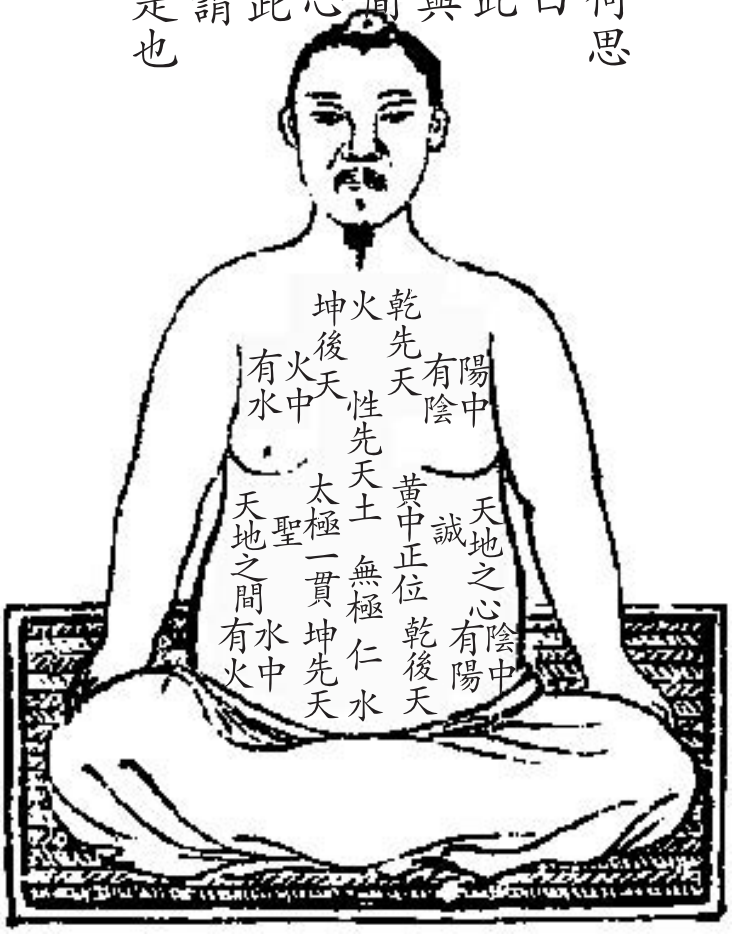
Nếu đoạn tuyệt được dâm dục, vào được ảo minh, bảo toàn được Thái Cực, thì có thể trường sinh bất tử. Sống hết một đời (như phàm nhân) rồi cũng bị hủy hoại, còn thành tiên, tác Phật sẽ trường sinh bất tử, không bao giờ bị hủy hoại.

Như vậy có khác với phàm phu, với cầm thú, cỏ cây không?

天之極上處至地之極下處總八萬四千里自天之極上處至地之上四萬二千里自地之上至地之極下處亦四萬二千里人身亦然故曰天地之間亦曰黃中黃乃土之正色而仁在其中矣故曰安土敦仁至於義也禮也智也皆根於此故曰仁義禮智根於心渾然在中粹然至善故曰在止於至善知止而后有定若易之艮其止書之安汝止者止之義一也亦謂之密故曰聖人以此洗心退藏於密其中本虛原與太虛渾而爲一故曰聖人與太虛同體

中心圖

易曰天下何思何慮論語曰天下歸仁此天下下字與天地之間間字天地之心心字皆指此中而言所謂孔顏樂處是也



乾之情性在於坤坤之情性在於乾此坎離之所以交而天地之所以泰也若水潤下而火炎上此亦其性情然也若不得乾坤之性情以復其初也則水自水而火自火不升不降不相爲用也先天雖不屬氣而太和元氣浩然之氣皆由此中出所謂無氣而生氣也而凡有氣血莫不賴之以生以長而配天配地矣堯舜允執之中即孔子中心之心也心之磨焉心在其中者中心也故中心之中既实則五行之心自虛矣所謂聖人無心而有心者此也

TRUNG TÂM ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Kiền Tiên Thiên: Trong Dương có Âm. Ly Hậu Thiên, Trong Hỏa có Thủy. Tinh Tiên Thiên là Vô Cực, là Nhân, Thổ.

Từ chỗ cao nhất của Trời đến chỗ thấp nhất của đất là 84.000 dặm.

Từ chỗ cao nhất của Trời đến chỗ cao nhất của Đất là 42.000 dặm.

Từ chỗ cao nhất của Đất đến chỗ thấp nhất của Đất là 42.000 dặm.

Thân con người cũng vậy, cho nên giữa Trời và Đất gọi là Huỳnh Trung. Huỳnh là màu chính của Đất, và đức Nhân ở trong đó. Cho nên nói *An Thổ đôn Nhân*. Cho đến Lễ, Nghĩa và Trí cũng gốc tại đó. Cho nên nói: Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí đều gốc ở Tâm, hồn nhiên tại Trung, và Thuần Tuý chí Thiện. Cho nên nói: *Tại chỉ ư chí Thiện. Tri chỉ nhi hậu định*. Dịch nói *Cấn kỳ chỉ*. Kinh Thư nói: *An nhữ chỉ*. Các nghĩa của chữ Chỉ đều giống nhau. Chỉ còn gọi là Mật. Cho nên Thánh Nhân dĩ thử tẩy tâm, thoái tàng ư mật. Cái Trung này, vốn hư trống nên cùng với Thái Hư hồn nhiên là Một. Cho nên nói: Thánh Nhân với Thái Hư đồng nhất thể.

Chu Dịch viết: Thiên hạ hà tư hà lự.

Luận Ngữ viết: Thiên hạ quy Nhân.

Gọi là Thiên hạ, hay Thiên Địa chi gian, hay Thiên Địa chi Tâm cũng cùng một nghĩa. Tất cả còn gọi là Trung (Trung là Thái Hư, là Thiên Địa chi Tính).

Gọi là Tâm hay là Trung cũng vậy. Đó chính là chỗ vui của Khổng Tử và Nhan Hồi.

Tính Tình của Kiền ở Khôn. Tính Tình của Khôn ở Kiền. Do đó mà Khảm Ly mới giao nhau, và Trời Đất mới được Thái Khang. (Thiên Địa giao Thái)

Nếu như Thuỷ nhuận hạ và Hoả viêm thượng, thì đó cũng là Tính Tình tự nhiên của chúng. Nếu chúng không được Tính Tình của Kiền Khôn, để "phục kỳ sơ" thì Thuỷ là Thuỷ mà Hoả là Hoả. Hai bên không thăng không giáng, không thể làm cái dụng cho nhau.

Tiên Thiên khí tuy chẳng thuộc về Khí, nhưng Thái Hoà Nguyên Khí, và Hạo Nhiên chi khí cũng từ trong khí Tiên Thiên đó phát sinh. Cho nên nói: Vô Khí nhi sinh Khí.

Giống nào có khí cũng phải nhờ Khí này mà sinh mà trưởng, phối hợp, với Thiên Địa.

Nghiêu Thuấn nói: Doãn chấp quyết Trung. Đó chính là cái Trung Tâm chi Tâm của Khổng Tử. Khổng Tử ở giữa Tâm này. Nếu Trung Tâm này là thật, thì trung tâm ngũ hành sẽ là Hư. Cho nên nói: Thánh Nhân vô tâm mà hữu tâm.

Đồ hình này trực chỉ vào "Nhân Tâm hư Linh bất muội". Khiếu này khuếch nhiên vô tế, thần diệu mạc trắc. Nguyên thuỷ Hồn Nhiên Chính Trung. Biết thiên, bất ỷ, thuần tuý chí thiện, thuần nhất bất tạp, nó vốn viên minh, động triệt và vô ngại, nói rằng có, thì nghe nhìn chẳng thấy, sao gọi nó là có. Nói rằng Không, thì nó Chí Linh, Chí Thần, chưa hề là Không. Nó vốn không nơi, không chốn, không có thuỷ chung.

Khi chưa có Đất Trời, thì nó đã như vậy. Khi đã có trời đất muôn vật, thì nó cũng vẫn như vậy.

Nó thật là "Chí Vô, Chí Hữu, Chí Hữu, Chí Vô". Nó là Linh Thể của trời đất, là Huyền Khu của mọi biến hoá, là Bản Nguyên Tính Mệnh mỗi người, là đại bản của thiên hạ vạn vật.

Thái Dịch cho rằng: Thái Cực, Tứ Tượng, Bát Quái đều do đó phát sinh. Vua Thuấn gọi đó là Trung, Khổng Tử gọi đó là Nhân, vạn đại đế vương xưa nay đều truyền cho nhau, Thánh hiền xưa nay cũng đều truyền cho nhau. Hiểu được như vậy là "Khắc minh tuấn đức". Hiểu lẽ này là hiểu Kinh Dịch, thấy được lẽ này là thấy được Đạo.

Kiến lập được Tâm này, tức là kiến lập được đại bản cho thiên hạ.

Thông suốt được Tính này là do ta. Lập được Mệnh này cũng là do ta, Công trình Tạo Hoá đều do ta.

圖 虎 水 龍 火

HOẢ LONG THUỶ HỔ ĐỒ THUYẾT

Hắc diên là Thuỷ Hổ. Đó là gốc sinh vạn vật. (Âm khí) Vừa có Chất vừa có Khí.

Hồng diên là Hoả Long. Đó là căn cội vạn vật. (Dương Khí) Có Khí mà không có Chất.

Hữu Chất là Chân Diên, là Thái Âm, là Tinh Hoa mặt trăng, là Nguyên Thần, đó là Mẹ sinh muôn vật.

Vô Chất là Chân Hống, là Thái Dương, là Tinh Hoa mặt trời, là Nguyên Khí, đó là Cha sinh muôn vật.

Cái thể của Diên Hống (Nguyên Thần, Nguyên Khí) hỗ tương sinh hoá, tuần hoàn bất tuyệt. Có thể nói đó là tổ tông sinh ra Trời đất vạn vật.

Xưa các bậc Chí Nhân biết có Thần Vật ẩn ở đó, nên mới Pháp Tượng (Bắt chước tượng quải), để thái thủ tinh hoa Thái Âm, lập Đỉnh Khí (Đan Điền) để hội tụ khí Thái Dương, khiến chúng quy về Thần Thất và tương giao với nhau. Giao hợp mãi mãi, sinh hoá vô cùng, và trong Mộc (Gan) sẽ sinh hồn (Nguyên Thần), trong Kim (Phổi) sẽ sinh Phách (Nguyên Khí). Hồn Phách ngưng kết tụ hợp, hoá thành Nội Đơn (Ngân Ngạc), giao kết trăm báu, tên gọi là Kim Dịch Hoàn Đơn.

日烏月兔圖

姹女捉烏以吞玉兔

嬰兒驅兔以吸金烏

日中烏烏乃神神是火火屬心心爲汞汞爲離

月中兔兔乃氣氣是藥藥屬身身爲鉛鉛在坎

身心兩個字是藥也是火采時謂之藥藥中有火焉煉時謂之火火中有藥焉以火煉藥而成丹即是以神御氣而成道也

NHẬT NGUYỆT Ô THỐ ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Xá Nữ trúc Ô, dĩ thôn Ngọc Thố.

姹女捉乌以吞玉兔

Anh Nhi khu Thố, dĩ hấp Kim Ô

婴儿驱兔以吸金乌

Trong Nhật là Ô, Ô là Thần, Thần là Hoả, Hoả thuộc Tâm, Tâm là Hống, Hống là Li.

Trong Nguyệt là Thố, Thố là Khí, Khí là Dược, Dược thuộc Thân, Thân là Diên, Diên là Khảm.

Hai chữ Tâm Thân, là Dược, là Hoả, lúc Thái Thủ thì gọi là Dược, trong Dược có Hoả, lúc luyện thì là Hoả, trong Hoả có Dược. Dùng Hoả luyện Dược để thành Đơn, dĩ Thần ngự Khí sẽ thành Đạo.

NHẬT Ô, NGUYỆT THỐ THUYẾT

Nhật là Dương. Trong Dương hàm chứa Âm, tượng trong Cát có Hống. Dương không có Âm, không làm cho Hồn được sáng. Nên gọi là "Thư Hoả" đó là Dương Trung hàm Âm vậy.

Trong Nhật có Ô, quẻ thuộc Nam Phương, gọi là Ly Nữ. Cho nên nói: Nhật cư Ly vị, phản vi nữ.

Nguyệt là Âm. Trong Âm có hàm chứa Dương, tượng trong Diên có Ngân. Âm không có Dương, không là cho Phách được sáng, cho nên gọi là "Hùng Kim". Đó là Âm trung hàm Dương vậy.

Trong Nguyệt có Thố, quẻ thuộc Bắc Phương, gọi là Khảm Nam. Cho nên nói: Khảm phối Thiềm cung, khước thị Nam (Hán văn).

Sách Vô Lậu nói:

Diên cầu Ngọc Thố não trung tinh,	铅求玉兔脑中精,
Hống thủ Kim Ô tâm nội huyết.	汞取金鸟心内血,
Chỉ khu nhụ vật kết thành Đơn.	只驱二物结成丹,
Chí Đạo bất phiền vô nữu niết.	至道不繁无扭捏。

Bài thơ trên có thể viết giản dị lại như sau:

Thần tụ Ngọc Thố não trung tinh	神聚玉兔脑中精,
Khí hợp Kim Ô tâm nội huyết	气合金鸟心内血,
Tinh Thần Khí Huyết hợp thành đan	精神气血合成丹,
Đại đạo giản dị hựu trực tiếp	大道简易又直接。

Thần là Ngọc Thố, Tinh trong Não
Khí là Kim Ô, máu trong Tâm
Tinh thần khí huyết thành Đan hợp
Chí Đạo rõ ràng chẳng khó đâu

Ngộ Chân Thiên viết:

Tiên bả Kiền Khôn vi Đỉnh Khí	先把乾坤为鼎器,
Thứ đoàn ô Thố dược lai phanh	次搏乌兔药来烹,
Ký khu nhị vật[5] quy Hoàng Đạo	既驱二物归黄道,
Tranh đắc kim đơn bất giải sinh	争得金丹不解生。

Bài thơ trên giản dị hoá như sau:

Tiên bả Kiền Khôn tố luyện lô	先把乾坤做炼炉,
Thứ thủ Thần Khí dược lai phanh	次取神气药来烹,
Hợp vi nhất thể chu kỳ đáo	合为一体周期到,
Tiện hữu Kim Đơn dĩ luyện thành	便有金丹以炼成。

Trước lấy Kiền Khôn là Lô Đỉnh
Sau đem Thần Khí thuốc về đun
Hai bên hợp lại thành Nhất Thể
Như vậy Kim đan đã luyện thành.

[5] Nhị vật là một thể

大小鼎爐圖

ĐẠI TIỂU ĐỈNH LÔ ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Tiếu nhữ an danh Yển Nguyệt Lô (chỉ Đan Điền) 笑汝安名偃月炉
Thánh Nhân tư nghị phí công phu 圣人思议费工夫
Kỳ trung nhất vị Trường sinh dược (chỉ Nội đan) 其中一味长生药
Bất dữ phàm nhân thoại hữu vô 不与凡人话有无
Cười người tưởng biết Yển Nguyệt Lô,
Lời lẽ Thánh Nhân, nghĩ hiểu ra
Khó thể biết tường Trường sinh dược,
Chuyện ấy phàm phu khó mà dò.

Tiếu nhữ an danh Yển Nguyệt Lô 笑汝安名偃月炉
Kim đơn chỉ thử mạc tha đồ 金丹只此莫他图
Ái hà phong tĩnh ngoại biên khán, 爱河风静外边看
Phương kiến Ma Ni nhất khoả châu. 方见摩尼一颗珠
Cười người tưởng hiểu Yển Nguyệt Lô,
Kim đan tại đó, chẳng có xa.
Nếu thấy dục tình không khởi động,
Châu ngọc Kim đan sẽ sáng loà.

Nhữ hà hình tượng hiệu Huyền Thai 汝何形象号悬胎
Nhất đoá Chân Diên hoa chính Khai 一朵真铅花正开
Chỉ vị Kim Đơn hảo tiêu tức 只为金丹好消息
Thủ qui đỉnh nội kết Anh Hài 聚归鼎内结婴孩
Thánh thai hình tượng đó ra sao,
Một đoá Chân Diên hoa vừa nở
Kim Đơn như vậy, chính tin vui
Hãy hái đem về kết Anh Hài.

Nhữ hà hình tượng hiệu Huyền Thai　　汝何形象号悬胎
Khước bả thanh danh biến cửu cai　　都把声名遍九垓
Khởi đãn sinh nhân, sinh vạn vật,　　岂但生人生万物
Tố Tiên tố Phật yếu tha lai.　　作仙作佛要他来
Thánh thai hình tượng đó ra sao?
Tên nó vang danh truyền thiên hạ
Sinh trời sinh đất, tạo vạn loài
Tạo Tiên, tạo Phật cũng không ngoài.

Yển Nguyệt Lô trung ngọc nhuỵ sinh,　　偃月炉中玉蕊生
Chu Sa đỉnh nội thuỷ ngân bình　　原硃鼎内水银平
Chỉ nhân hoả lực điều hoà hậu　　只因火力调和後
Chủng đắc Hoàng Nha tiệm trưởng thành　　种得黄芽渐长成
Yển Nguyệt lô trung, Ngọc Nhuỵ sinh
Trong đỉnh Chu Sa, Thuỷ ngân bình.
Điều hoà Hoả lực cho đúng cách,
Như vậy Hoàng Nha sẽ trưởng thành

An lô lập đỉnh pháp Kiền Khôn　　安炉立鼎法乾坤
Luyện đoạn tinh thần chế phách hồn,　　炼煅精神制魄魂
Đỉnh nội nhược vô chân chủng tử　　鼎内若无真种子
Do tương Thuỷ Hoả chử không đang　　犹将水火煮空铛
An Lô, Lập Đỉnh bắt trước Trời
Đoàn luyện Tinh Thần, chế phách hồn,
Nếu trong đỉnh nội, không Nguyên Khí
Lò không như vậy, đúc hun gì?

ĐẠI TIỂU ĐỈNH LÔ THUYẾT

Phàm tu Kim Dịch Đại Đơn, trước phải An lô, Lập đỉnh.

Đỉnh đây là khí vật, không bằng vàng, không bằng sắt. Lô là dụng cụ không bằng ngọc hay bằng đá.

Huỳnh Đình là Đỉnh, Khí Huyệt là Lô.

Huỳnh Đình ở trên Khí Huyệt, kinh lạc tương liên với nhau, là chỗ giao hội của trăm mạch trong người.

Quẻ Đỉnh viết: Chính vị ngưng mệnh 正位凝命 (*Ngôi vị quân tử có chính đáng, thì dân mới nghe lời*). Thế gọi là Tiểu đỉnh lô.

Ngôi vị của Kiền là Đỉnh, ngôi vị của Khôn là Lô.

Trong Đỉnh có Âm Khí của Thuỷ Ngân, hay Hoả Long Tính Căn 火龙性根 (Nguyên Thần chi bản 元神之本). Trong Lư có Dương Khí của Ngọc Nhuỵ, hay Thuỷ Hổ Mệnh Đế 水虎命蒂 (Nguyên Khí chi bản 元气之本). Hổ ở dưới là động cơ phát hoả. Long ở trên gây sóng gió đằng vân.

Nếu trong lò, Dương thăng âm giáng không sai, thì trong Đỉnh, Thiên Hồn Địa Phách lưu luyến, Thanh Long Bạch Hổ tương câu, Ngọc Thố Kim Ô tương bão, Hoả Hầu điều đình, luyện thành chí bảo.

Nên Thanh Hà Tử nói: Đỉnh Đỉnh phi Kim Đỉnh, Lô Lô phi Ngọc Lô, Hoả tòng Tề hạ phát, Thuỷ hướng đỉnh trung phù 鼎鼎非金鼎, 炉炉非玉炉。火从脐下发。水向顶中符。 Tam Tinh kỷ hội họp, Nhị vật tự tương câu, Cố tế (Tồn Tâm Định ý) thai bất tiết. Biến hoá (Đại Đạo thành) tại tu du. Thế gọi là Đại đỉnh lô.

圖 藥 二 外 內

NỘI NGOẠI NHỊ DƯỢC ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Thượng dược Tam Phẩm là Thần, Khí, Tinh. Bản thể tuy là Ba nhưng công dụng thì chỉ có hai: sao gọi là Thể. Tam bảo tuy ba, nhưng chỉ có một thể. Còn công dụng thì có trong ngoài.

Cho nên Ngộ Chân Thiên viết:

Nội dược (Nguyên thần) hoàn đồng ngoại dược (Nguyên khí)	内药还同外药
Nội dược thông, Ngoại dược tu thông	内药通外药须通
Đan đầu hoả thục tự nhiên hồng	丹头火热自然红
Ôn dưỡng lưỡng tác dụng.	温养两作用

Đó là Tiệm giáo, là Quyền Giáo, giúp người Trung Căn và Hạ Căn.

Đại Dược tuy phân Thần, Khí, Tinh	大药虽分神气精
Tam ban nguyên thị nhất căn sinh	叁般原是一根生
Phàm phu sinh tử như luân chuyển	凡夫生死如轮转
Chỉ nhân mê khước bản lai tâm	只因迷却本来心

Đại dược tuy phân Thần, Khí, Tinh
Tam ban kỳ nhược một gốc sinh
Con người sở dĩ bị luân chuyển
Chính vì không biết Bản Lai Tâm

Tâm tức là Tinh. Cho nên, Tức Nhiên Tử nói:

Bản Lai Chân Tính hiệu Kim Đơn	本来真性号金丹
Tứ đại vi lô, luyện tác đoàn.	四大为炉炼作团

Bản Lai Chân Tính ấy là Kim Đan
Tứ đại làm lò, luyện thành đoàn.

Đó là Đốn Giáo, đó là Thật Pháp, Giúp người Thượng căn và Thượng Thượng Căn.

NỘI NGOẠI NHỊ DƯỢC THUYẾT

Phàm tu luyện trước phải tu ngoại dược (Nguyên Khí), sau tu nội dược (Nguyên Thần), Những người cao nhân, thượng sĩ, vì có Linh căn, nên không luyện ngoại dược mà chỉ luyện nội dược

Nội dược vô vi vô bất vi, Ngoại dược hữu vi hữu dĩ vi. Nội dược vô hình vô chất nhưng thực hữu. Ngoại dược có thể có dụng nhưng thực vô.

Ngoại dược khả trị bệnh, khả dĩ Trường Sinh Cửu thị, Nội dược khả dĩ siêu việt, khả dĩ Xuất Hữu, Nhập Vô.

Ngoại dược: Ngoại Âm Dương vãng lai, Nội dược: Nội Khảm Lý Bức Thấu (Hội họp)

Ngoại dược (Nguyên Khí) là Giao cảm chi tinh, trước hết không được tiết lậu; là Hô hấp chi khí, cần thở nhè nhẹ; là Tư lự chi thần, cần được an tĩnh.

Nội dược là Nguyên Thần. Luyện Tinh là luyện Nguyên Tinh, trừu Nguyên Dương của quẻ KHẢM. Nguyên Tinh mà bền, thì Tinh Khí giao cảm sẽ không tiết; Luyện Khí là luyện Nguyên Khí, Bổ Nguyên Âm của quẻ Ly; Nguyên Khí mà lưu trú, thì Hô Hấp chi khí tự nhiên sẽ không ra vào. Luyện Thần tức là hội tu Khảm Ly thuỷ hoả để khôi phục Kiền Nguyên (Dĩ Khảm điền Ly biến Ly thành Kiền). Nguyên Thần ngưng tụ, thì tư lự chi thần sẽ thái nhiên an định.

Ngoại dược, nội dược (Nguyên Khí, Nguyên Thần) kiêm tu, chắc sẽ thành tiên.

圖 關 三 逆 順

THUẬN NGHỊCH TAM QUAN ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Ngã pháp thậm thâm thâm　　我法甚深深
Diệu dụng nhân nan thức　　妙用人难识
Thuận Nghịch lưỡng câu vong　　顺逆两俱忘
Không Hư trấn trường tịch　　空虚镇长寂
Phép ta thật thâm trầm; Rất hay, khôn kẻ biết
Thuận, Nghịch mà quên hết; Còn lại độc Hư Không

Thuận: Tâm sinh ư Tính (Tiên Thiên Nguyên Thần). Ý sinh ư Tâm. Ý chuyển vi tình.Tình sinh thành Vọng. 心生於性, 意生於心, 意转为情, 情生成妄

Cho nên Linh Nhuận Thiền Sư nói:

Chỉ nhân nhất niệm vọng;　　只因一念妄
Hiện xuất vạn ban hình　　现出万般形
Chỉ tại một niệm lầm; Nên sinh muôn hiện tượng

Nghịch: Kiểm vọng hồi tình. Tình phản vi ý. Nhiếp ý an tâm. Tâm quy Tính địa 检妄回情, 情返为意, 摄意安心, 心归性地

Cho nên Nguỵ Bá Dương Chân Nhân viết:

Kim lai quy Tính sơ,　　金来归性初
Nãi đắc xưng hoàn đơn　　乃得称还丹
Kim như quay về Tính
Sẽ được gọi Hoàn Đơn.

(Thu Tình qui Tính, Thần Khí giao, Đại đạo nội đơn tài thành liễu)
收情归性神气交, 大道内丹才成了

THUẬN NGHỊCH TAM QUAN THUYẾT

Đạo sinh Nhất, Nhất sinh Nhị, Nhị sinh Tam, Tam sinh vạn vật. Đó gọi là THUẬN KHỨ, để sinh Nhân, sinh Vật. Còn Hình hoá Khí, Khí hoá Thần, Thần hoá Hư thì gọi là NGHỊCH LAI, để thành Phật, thành Tiên.

Bước thứ nhất là luyện Tinh hoá Khí, phải biết giờ Thiên Qui (Hoạt Tý, hay Hoạt Tý Thời, là lúc Nhất Dương sơ sinh). Khi Thái Thủ thì Ý phải bồi hồi. Lấy Ý dẫn Khí. Cho nên nói:

Hoả bức Kim hành điên đảo chuyển 火逼金行颠倒转

Tự nhiên đỉnh nội đại đan ngưng 自然鼎内大丹凝。

Bước thứ hai là Luyện Khí hoá Thần. Thừa lúc Hoả lực ngùn ngụt, giá vận Hà Xa (Chân Khí). Từ Thái Huyền Quan (Vĩ Lư) lên tới huyệt Thiên Cốc (Nê Hoàn). Khí hợp với Thần, sau đó xuống tới Huỳnh phòng (Đan Điền), gọi là Kiền Khôn giao cấu, buông một điểm xuống Huỳnh Phòng.

Bước thứ ba là Luyện Thần hoàn Hư: Thủ Nhất bão nguyên (Tu trì định tĩnh, chấp thủ bão nguyên), khiến Thần quy nhập Tì Lô Tính Hải (Đan Điền).

Tam quan tự Hữu vi (Hậu Thiên, từ Hình tới Hư) nhập Vô vi (Tiên Thiên, Tiên Thiên chí Hư) là tiệm pháp. Tu bước thứ ba gồm cả 2 bước trước là Đốn Pháp.

Nếu Luyện Thần hoàn Hư là khi đạt tới: Chí Hư Cực. thủ Tĩnh Đốc, thì Tinh tự hoá Khí, Khí tự hoá Thần. Quan Doãn Tử gọi thế là: Quên tinh thần mà siêu sinh (Vong Tinh Thần nhi siêu sinh).

盡性了命圖

人性之善也此言天命之性性相近也此言氣質之性天命之性論其本源氣質之性論其禀受天命之性無不善氣質之性有不善程子曰在天爲命在人爲性故知性然后能盡性盡性然后能了命性命不二謂之雙修

性命雙修是的傳
冥冥杳杳又玄玄
誰知本體無生死
死死生生孰使然

世間萬物本一神也神本至虛道本至無易在其中矣天位乎上地位乎下人物居中自融自化氣在其中矣中天地以立命禀虛靈以成性立性立命神在其中矣命系乎氣性系乎神潛神於心聚氣於身道在其中矣道者神之主神者氣之主氣者形之主行者生之主無生則形住形者則氣住氣住則神住神住則性珠明矣命實凝矣元神靈矣胎仙成矣性命雙修之道畢矣

TẬN TÍNH LIỄU MỆNH ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Tính người vốn lành, đó là nói Thiên mệnh chi Tính (Tính Trời). Tính tương cận là Khí Chất chi Tính (Tính Người). Thiên Mệnh chi tính, là luận về Bản Thể. Khí Chất chi tính là luận về Bẩm Thụ. Thiên mệnh chi Tính bao giờ cũng tốt. Khí Chất chi Tính có tốt, có xấu.

Trình tử nói: Ở Trời là Mệnh, ở người là Tính. Cho nên, biết được Tính rồi sau mới Tận Tính, và mới hoàn thành Tu Mệnh. Tính Mệnh không hai, gọi là Song Tu.

Tính Mệnh song tu thị đích truyền	性命双修是的传
Yểu yểu, minh minh, hựu huyền huyền.	冥冥杳杳又玄玄
Thuỳ tri bản thể vô sinh tử,	谁知本体无生死
Tử tử, sinh sinh thục sử nhiên.	死死生生孰使然

Chân truyền Tính Mệnh song tu,
Mơ hồ, huyền ảo màng mơ gót đầu
Bản nguyên sinh tử chi đâu?
Ai kia bày vẽ cơ màu tử sinh.

Vạn vật thế gian là một Thần. Thần vốn chí Hư. Đạo vốn chí Vô. Dịch (Biến Hoá) ở trong đó.

Trời ở trên, Đất ở dưới, người ở giữa tự biến thiên, biến hoá. Khí ở trong đó.

Trung Hoà Thiên Địa để lập Mệnh, bẩm thụ Hư Linh để thành Tính. Lập Tính, lập Mệnh, Thần tại trong đó.

Mệnh y phụ vào Khí, Tính ý phụ vào Thần. Tiềm Thần nơi Tâm, tụ Khí nơi Thân. Đạo ở trong đó. Đạo là chủ của Thần, Thần là Chủ của Khí, Khí là chủ của Hình hài, Hình là chủ của sinh. Vô sinh thì Hình trú, Hình trú thời Khí trú, Khí trú thì Thần trú, Thần trú thì Ngọc Châu Tính sẽ sáng ngời, và Mệnh sẽ ngưng kết. Nguyên Thần sẽ Linh Minh. Thế là Kim Đơn thành. Tính Mệnh song tu đến đây là hết.

Đan điền ví dụ là Mặt Trời. Nguyên Tính ở Tâm ví dụ là Mặt Trăng. Nhật quang tự phản chiếu vào Nguyệt, vì sau khi giao hội, thì Bửu Thể sinh Kim.

Nguyệt thụ Nhật khí, cho nên Mồng Ba, sinh một Dương. Nhất Chân Linh Khí ở tại Đan Điền, thấy một điểm Linh Quang tự Tâm thường chiếu ra, mà không có ngày đêm.

Đến Mồng Tám, thì hai Dương sinh. Chỉ mới có hai Dương thì Đan chi Kim Khí hãy còn yếu, nên Nguyên Tinh cũng chưa mạnh.

Khi đến ngày Vọng (15), thì Tam Dương đã đủ. Tam Dương đủ thì Nguyên Tinh tận hiện, như Trăng tròn vậy.

Trăng đã tròn thì 16, một Âm Sinh.

Một Âm Sinh thì Tính quy về lúc đầu của Mệnh.

Từ một Âm sinh cho đến ngày 23 thì Nhị Âm sinh. Hai Âm là Tính quy về Mệnh được 2/3.

Đến ngày 40 thì Tam Âm đầy đủ.

Tam Âm đầy đủ là Tính quy về Mệnh.

Lúc bắt đầu, thì lấy Mệnh thủ Tính. Sau thì lấy Tính an Mệnh. Đó là đại cơ khái quát về Tính Mệnh song tu.

CHÂN THỔ ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Tâm an Chân Thổ dĩ thành, dĩ mặc, dĩ nhu. 心安真土以诚以默以柔

Khí dưỡng hạo nhiên, vật chính, vật vong, vật trợ. 气养浩然勿正勿忘勿助

(Tâm tồn chính niệm, cần tinh thành, tĩnh mặc, nhu hoà. Luyện dưỡng chính Khí, thì nội tức không chính sẽ trở lại chính, như có như không, vô sinh vô diệt.)

Tẫn Mẫu Mạc Da ỷ Thái Không 牝牡镆铘倚太空

Oai phong lẫm lẫm thắc anh hùng 威风凛凛忒英雄

Thánh phàm bất cảm đái đầu khán, 圣凡不敢抬头看

Lưỡng đạo Thần quang xạ Đẩu trung 两道神光射斗中

Thanh Kiếm Mạc Da giữa Không Trung,

Thư Hùng kiếm ấy rất oai phong

Thế gian ít kẻ dám quay ngó,

Lưỡng đạo Thần Quang chiếu tận Trời.

(Âm Dương tương hợp, thì hiệu dụng hiển minh, Thánh phàm đều được ích lợi. Thật là áo bí, thần diệu vô cùng)

Lấy vật làm thuốc, để trị liệu cho Thân. Lấy Pháp làm thuốc để trị liệu cho Tâm bệnh. Tức là lấy Tâm người bệnh để chữa trị Tâm người Bệnh.

Bảo kiếm thư hoà hùng, song song sáp chân thổ. 宝剑雌和雄, 双双插真土

Hùng giáng tranh nanh long, thư phục xương cuồng hổ. 雄降狰狞龙, 雌伏猖狂虎

Thư hùng đôi kiếm cắm xuống đất,

Hổ long tuy dữ cũng đầu hàng.

(Khi hai khí Âm Dương đều ở tại Đan Điền, Dương khí trừ mọi hư giao, Âm khí chế ngự mọi niệm dục)

Lưỡng chi tuệ kiếm sáp Chân Thổ, 两枝慧剑插真土

Vạn bệnh tiềm tiêu xuất ảo khu 万病潜消出幻躯

Hai lưỡi kiếm thần cắm xuống đất

Con người hết bệnh, khỏi âu lo.

(Khi 2 khí Âm Dương tụ tại Đan Điền, thì vạn bệnh tiêu trừ và người sẽ khoẻ mạnh).

CHÂN THỔ CĂN TÂM THUYẾT

Con người chịu lấy khí trời đất để sinh, khí này vốn chứa trong Thổ của Trời đất, không bao giờ cùng. Còn Khí để cong người được sống cũng tàng chứ trong Thổ nơi Thân con người. Nó cũng vô cùng tận. Cho nên, Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí gốc nơi Tâm, như thảo mộc gốc nơi Đất. Rễ thảo mộc bắt xuống đất, nên cây cối rườm rà, xinh tươi. Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí sinh nơi Tâm, cũng làm cho ta nên đẹp đẽ như trẻ con. Mạnh Tử nói: Cư di Khí, dưỡng di Thể 居移气, 养移体。(*Nhà cửa biến đổi khí chất con người. Uống ăn biến đổi hình thể con người*)

(Lòng mà khinh thoát thảnh thơi, Rồi ra sẽ thấy tốt tươi hình hài)

Đại Học nói: Tâm quảng thể bàn 心广体胖。 Tâm đã rộng, người đã mập, mà lại nói rằng bệnh không lìa xác thì nhầm vậy.

Cây cối mà tiều tuỵ khô héo, thì phải làm sao? Đương nhiên là phải lo trị gốc. Phải thêm đất, phải tưới bón cho nó. Tự nhiên sinh cơ sẽ phục hồi.

Tâm con người cũng như là rễ cây cỏ. Tâm mà bệnh, thì thân sẽ bệnh, Tâm không bệnh thì thần không bệnh.

Cho nên thân bệnh là do Tâm bệnh. Giữ cho tâm không bệnh thì thân sẽ được mập mạp. Ấy là thánh dược trị bệnh.

圖 魄 魂

HỒN PHÁCH ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Hồn là Thần của Khí. Có thanh có trọc. Mũi mồm hô hấp được là nhờ nó. Hô là Khí Dương Thân, Hấp là Khí Âm Khuất. Phách là Thần của Tinh. Có hư có thực. Tai mắt nghe, thấy được là nhờ nó. Thấy được là Dương minh. Nghe được là Âm Linh. Dương Thần là Hồn. Âm Thần là Phách. Hồn Phách hỗ tương làm nhà cửa cho nhau nương náu. Sống là Tinh Khí. Chết là Hồn Phách. Quỷ Thần là cái gì công cộng của Trời Đất.

HỒN PHÁCH THUYẾT

Quỉ Vân là Hồn. Quỉ Bạch là Phách. Vân là Phong. Phong là Mộc. Bạch là Khí. Khí là Kim. Gió tán phát nên nhẹ nhàng. Khinh Thanh là Phách theo Hồn mà Thăng.

Kim là kiên cố, trọng trọc. Trọng trọc là Hồn theo Phách giáng. Cho nên thánh nhân lấy Hồn vận Phách. Chúng nhân thì lấy Phách nhiếp Hồn.

Hồn ban ngày ở nơi mắt. Phách ban đêm ở nơi Gan. Ban ngày Hồn thấy vật. Phách ở Gan nên nằm mộng. Mộng nhiều thì Phách chế Hồn. Biết nhiều thì Hồn thắng Phách.

Cho nên, nhân có Phách mới có Tinh, nhân có Tinh mới có Hồn. Nhân có Hồn mới có Thần, nhân có Thần mới có Ý, nhân có Ý mới có Phách.

Năm thành phần ấy vận hành không ngừng. Cho nên Tâm tà nguỵ của ta bị lưu chuyển mấy ức vạn năm vô cùng cực.

Mầm hạt tương sinh, không biết mấy vạn châu thiên. Trời đất tuy lớn, nhưng nếu quả mà không hạt, cũng không sinh được cây con.

Con mái và trứng tương sinh, không biết mấy vạn châu thiên. Âm Dương tuy diệu, cũng không làm được trứng mà không có trống mái.

Cho nên Thánh Nhân thấy vạn vật sinh xuất, lấy Tính mà đối với chúng chứng không lấy Tâm. Tính là Tâm khi chưa manh nha. Không Tâm thời không Ý. Vô Ý sẽ không có Phách. Không có Phách sẽ hết thụ sinh, và luân hồi sẽ mãi dứt.

THIỀM QUANG ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Thái Cực từ đó sinh trời đất, người. Cha mẹ từ đó sinh thân ta, Ta phải dùng nó luyện Kim Đơn. Nó thoát thai từ Hỗn Độn nhất Khí, sinh ra từ quẻ Khôn (Đan Điền). Tròn trĩnh, rực rỡ, gọi là Thiềm Quang. Ngọc Khuê tử nói:

Phẫu khai Thái Cực bao,	剖开太极包
Lộ xuất Thiên Địa tâm	露出天地心
Hư Không khoát vô nhai,	虚空阔无涯
Vi mục hiện Cô Sơn (Đan Điền)	微月见辜岑

Mở được bao Thái Cực, Sẽ thấy THIÊN ĐỊA TÂM.
Hư Không rộng man mác, Nhíu mắt thấy Cô Sầm (Đan Điền)

Tây Xuyên (Đan điền) ngạn thượng đài đầu vọng	西川岸上抬头望
Nhất phái Thiềm quang trám bích ba, (Thận gian vận khí)	一派蟾光蘸碧波
Tiện hảo hạ công tu nhị bát (Nguyên thần, Nguyên khí)	便好下功修二八
Ân cần tử tế thác Hoàng Bà (Đan Điền)	殷勤仔细托黄婆

THIỀM QUANG THUYẾT

Thái Hư trống rỗng, hạo nguyệt sáng soi, sóng tuyết phi đằng. Kim Mô nhả sáng. Con người thấy trăng sáng nên cho rằng Kim Tinh thịnh nên mặt trăng sáng vậy. Có biết đâu rằng Kim sinh ra là do nơi mặt trăng.

Người thấy Kim sinh từ Nguyệt, nhưng không biết rằng trăng sáng là do Mặt Trời.

Nguyệt là Nguyên Tính. Thuỷ là Khảm cung, Kim Mô là Nhất Điểm Chân Dương. Kim Mô (Kim mô cũng là kim Thiềm) là Chân Dương chi Khiếu.

Nguyên Tính ví dụ là Nguyệt. Là Dụng của Tính. Tính vừa phát hiện thì tròn trịa, trong sáng, như ngôi sao chổi.

Khí Chất chi tính vừa đình chỉ, thì Nguyên Dương Chân Tính liền hiện ra. Như mây tan thì trăng hiện, móc tan thì thấy ánh Dương Quang.

Thấy được vật này là Nguyên Khí đã sinh ra, phải Thái Thủ nó ngay. Y như thấy cướp là bắt ngay, đừng để chạy thoát. Thu lấy đem về Đan Điền, thì Nhất điểm Dương Khí Thiềm Quang không thể tẩu tiết ra ngoài.

降龍圖

頭角崢嶸勢莫當雲收雨霽暗潛藏
從今不許翻潭洞養顆驪珠夜夜光

HÀNG LONG ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Đầu giác chanh vanh thế mạc đương (Chỉ Long) 头角峥嵘势莫当
Vân thu, vũ tế ám tiềm tàng (Chỉ Hàng Long) 云收雨霁暗潜藏
Tòng Kim bất hứa phiên đàm động, 从今不许翻潭洞
Dưỡng khoả Ly Châu (Đan Điền), dạ dạ quang 养颗骊珠夜夜光
Dầu sừng dữ tợn khó ai đương
Trời quang, mây tạnh, bắt lai hàng,
Không cần bay nhảy trong hồ động
Chỉ muốn đơn thành, phát dạ quang.

Hàng Long[6] vị đắc, khởi thành tiên? 降龙未得岂成仙
Hàng đắc Chân Long, đan khả viên. 降得真龙丹可圆
Tu tín Thần Tiên hoạt thủ đoạn, 须信神仙活手段
Nhất hào đầu thượng kiến Long Thiên 一毫头上见龙天
Hàng Long không nổi khó thành tiên
Hàng được Chân Long, đơn sẽ viên
Nên biết Thần tiên rất thủ đoạn,
Ngước mắt nhìn lên thấy Long Thiên.

HÀNG LONG THUYẾT

Ly Nhật (Tâm và Lửa) là Hống, là Nguyên Thần. Trong đó có Mậu Thổ (Chính niệm), tạm gọi là Long. Hình tướng nó dữ tợn, có thể sinh nhân, có thể sát nhân, lai chuyển giúp người thành Phật, thành Tiên, có sức biến hoá, cảm mà thông suốt, vân hành, vũ thí, phẩm vật lưu hình. Quẻ Kiền nơi hào Cửu Nhị viết: Hiện Long tại Điền. Lợi kiến Đại Nhân 现龙在田, 利见大人

Đức Khổng nói: Long đức nhi chính trung dã 龙德而正中也. Người đời không hiểu được công trạng sinh sinh của Long này, cho nên bị nó làm hại.

Nếu hiểu được và biết sợ nó, biết chế ngự được nó, thì có thể hàng phục được tính dữ tợn của con Long này và tích được hết tinh hoa của Hống.

Hàng Long là chế ngự được Chân Hoả trong Tâm. Hoả tính không còn bay, tức là Long đã bị chế ngự, và cũng là lúc thủ đắc được Diên (Nguyên Khí)

Cho nên nói: Bất tích Hống, hà dĩ thủ kỳ Diên. 不积汞, 何以取其铅 (Không tụ Nguyên Thần, thì không sao có được Nguyên Khí)

Không hàng Long, thì không sao mà Phục Hổ. (Không hàng phục được Thần, thì không sao chế ngự được Tính Mệnh).

Vả lại Chân Nguyên Thần (Long), Chân Nguyên Khí (Hổ) không dễ hoà hợp, và Chân Long, Chân Hổ cũng rất khó hàng phục.

Học giả mà hiểu được điều này thì những chuyện khác là ngọn ngành vậy.

[6] Nguyên thần hạ tẩu Đan Điền

圖 虎 伏

采藥尋真到虎溪溪中虎正作雄威
被吾制伏牽歸舍出入將來當馬騎

降龍伏虎也無難
降伏歸來鎖玉關
日月分明烹鼎內
何憂不作大還丹

入虎穴尋虎酪酥其中滋味勝醍醐
自人做到這些處方是乾坤大丈夫

PHỤC HỔ ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Thái dược[7] tầm chân đáo hổ[8] khê,	采药寻真到虎溪
Khê trung, hổ chính tác hùng uy	溪中虎正作雄威
Bị ngộ chế phục khiên qui xá[9]	被我制伏牵归舍
Xuất nhập tương lai đương mã ki	出入将来当马骑

Hái thuốc tầm chân tới Hổ khê
Trong Khê, chính lúc hổ ra uy
Chế ngự bắt về nơi hàn xá
Dùng làm ngựa cưỡi lúc vô ra.

Hàng Long, phục Hổ dã vô nan	降龙伏虎也无难
Hàng phục qui lai, toả ngọc quan[10]	降伏归来锁玉关
Nhật nguyệt phân minh, phanh đỉnh[11] nội	日月分明烹鼎内
Hà ưu bất rác Đại Hoàn Đan	何忧不作大还丹

[7] Nguyên Thần, Nguyên Khí
[8] Nguyên Khí
[9] Đan Điền
[10] Long Hổ là Nguyên Thần, Nguyên Khí. Ngọc Quan là Đan Điền
[11] Đan Điền

Hàng Long, Phục Hổ chẳng khó khăn
Bắt được đem về khoá ngọc ban
Thần Khí phân minh đun trong vạc
Lo chi không luyện được kim đan?

Nhập hổ huyệt[12] tầm hổ lạc hoà 入虎穴寻虎酪酥
Kỳ trung tư vị thắng đề hồ 其中滋味胜醍醐
Tự nhân tố đáo giá ta xứ 自人做到这些处
Phương thị Kiền Khôn đại trượng phu 方是乾坤大丈夫
Vào tới hang hùm tìm sữa Hổ
Mới hay mùi vị chẳng kém bơ,
Con người mà dám vào nơi đó
Mới thực Kiền Khôn đại trượng phu.

PHỤC HỔ THUYẾT

Khảm Nguyệt là Diên. Trong có Mậu Thổ. Gượng gọi là Hổ. Hình tướng nó dữ tợn. Có thể thương nhân, có thể sát nhân. Lại ẩn dấu Khí tượng Đại Thừa. Khi nó cử động thì oai phong lẫm lẫm, kêu nó liền ứng, hàm hằng, quang đại, phẩm vật tư sinh (Kinh Dịch, Quẻ Khôn, Thoán Truyện).

Văn Vương viết trong Kinh Dịch: Lý Hổ vĩ, Bất khiết nhân hanh 履虎尾, 不咥人亨。

Lý dẫm đuôi hùm, hùm chẳng cắn
Hùm chẳng cắn người, mới hanh thông.

Lại nói: Lý đạo thản thản, u nhân trinh cát (Lý, Cửu Nhị) 履道坦坦, 幽人贞吉。

Cửu nhị, thênh thang trên đường đạo
Âm thầm vui sống thế mà hay

Khổng Tử viết: Tố Lý chi vãng, độc hành nguyện dã. (Lí, sơ cửu, Tượng) 素履之往, 独行愿也。

Tượng rằng: Vui sống đơn sơ
Đó là thực hiện ước mơ của mình.

Nếu người hiểu được và biết sợ sệt, biết điều chế nó, thì có thể hàng phục được con hổ dữ này, để sinh ra Tiên Thiên chi Diên.

Hàng phục được cái này, là hàng phục được Chân Thuỷ trong thân. Nước vốn rất trong, nên Hổ có thể hàng phục được và không cắn người.

Cho nên thánh hiền xưa nay gọi Hàng Long là Luyện Kỷ (Chế phục Nguyên Thần, luyện dưỡng chính niệm), Phục Hổ là Trì Tâm (Tu Trì bản tâm).

Cho nên Thuần Dương chân nhân nói: Thất phản hoàn đơn tại nhân, tiên tu luyện kỷ đãi thời. 七返还丹在人, 先须炼己待时。

Tử Dương Ông cũng nói: Nhược yếu tu thành cửu chuyển. Tiên tu luyện kỷ, trì Tâm.
若要修成九转, 先须炼己持心。

[12] Đan Điền

三家相見圖

身心意是誰分作三家

大道玄微見此圖分明有象不模糊
先將一二爲之用三四中當共一都

肝青爲父
肺白爲母
心赤爲女
脾黃爲祖
腎黑爲子
千五行始
三物一家
都歸戊己

不用五金并八石只求三品共一室
煉成一顆如意珠軟似兜羅紅似日

精氣神由我合成一個

TAM GIA TƯƠNG KIẾN ĐỒ
(Nội dung trong đồ hình)

Thân Tâm Ý thị thuỳ phân tác tam gia　　身心意是谁分作叁家
Tinh Khí Thần do Ngã hợp thành nhất cá.　精气神由我合成一个
Thân, Tâm, Ý ai phân thành ba chốn
Tinh Khí Thần ta đem hiệp một nhà

Đại đạo huyền vi kiến thử đồ　　大道玄微见此图
Phân minh hữu tượng bất mô hồ　　分明有象不模糊
Tiên tương nhất nhị vi chi dụng (Âm Dương)　　先将一二为之用
Tam tứ (Nguyên Thần, Nguyên Khí) trung đương cộng nhất đô　　叁四中当共一都
Xem hình sẽ thấy Đạo huyền vi
Có Tượng phân minh, chẳng mơ hồ
Trước đem hai, một làm công dụng,
Sau lấy Khí Thần hiệp nhất đô

Gan xanh làm cha, Phổi trắng làm mẹ. Tim đỏ làm con. Tì vàng làm Tổ. Thận đen làm con. Suy từ ngũ hành mới hay: Thân, Tâm, Ý đều một nhà. Đều quy Tì Mậu Kỷ.

Bất dụng Ngũ Kim tính bát thạch 不用五金并八石
Chỉ cầu Tam Phẩm cộng nhất thất 只求叁品共一室
Luyện thành nhất khoả Như Ý Châu 炼成一颗如意珠
Nhuyễn tự đâu la, hồng tự nhật 软似兜罗红似日

Chẳng dụng Ngũ Kim hay bát thạch
Chỉ mong Tam Phẩm (Thân, Tâm, Ý) hợp một nhà
Luyện thành một hạt Như Ý Châu
Mềm tựa lụa là, hồng như Nhật

TAM GIA TƯƠNG KIẾN THUYẾT

Thân, Tâm, Ý gọi là Tam Gia. Gọi là Tam Gia Tương Kiến là muốn Tam Gia dung hợp thành nhất Thể thì Thai kết.

Tinh, Khí, Thần thì gọi là Tam Nguyên, Tam Nguyên hợp nhất thì Đan Thành. Muốn Tinh, Khí, Thần hợp nhất cốt phải Hư Tĩnh. Hư kỳ Tâm thì Thần hợp với Tinh. Tĩnh kỳ Thân thì Tinh và Tình sẽ tịch định.

Ý đại định, thì Tam Nguyên (Tinh, Khí, Thần) sẽ hợp nhất. Tình hợp Tính, thì Kim Mộc giao. Tinh hợp Thần thì Thuỷ Hoả giao. Ý mà đại định thì Ngũ hành sẽ toàn vẹn. Tinh muốn hoá khí thì Thần không được vọng động. Khí muốn hoá Thần thì Tâm không được vọng động. Thần muốn hoá Hư thì Ý không được vọng động.

Tâm mà bất động thì:

Đông Tam, Nam Nhị đồng thành Ngũ 东三南二同成五

Thân mà bất động thì

Bắc Nhất, Tây Phương tứ cộng chi 北一西方四共之

Ý mà bất động thì:

Mậu Kỷ hoàn tòng sinh số Ngũ 戊己还生数五

Thân, Tâm, Ý mà hợp thì:

Tam gia tương kiến kết Anh nhi 三家相见结婴儿

(Bài thơ trên rút trong Ngộ Chân Thiên)

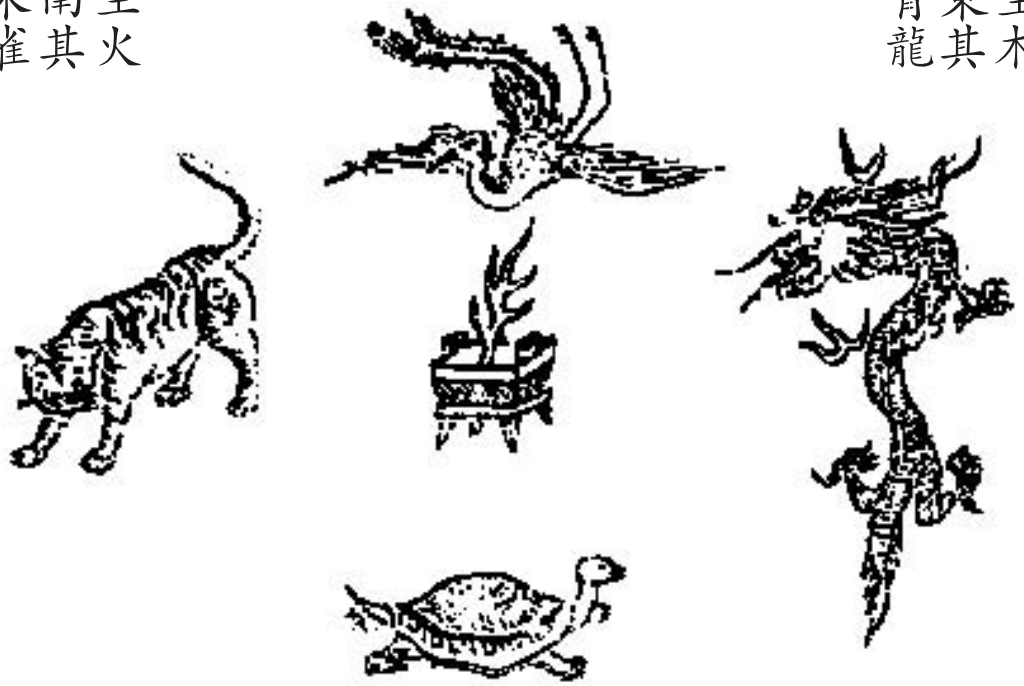
眼不視而魂在肝耳不聞而精在腎舌不動而神在心鼻不嗅而魄在肺四者無漏則精水神火魂木魄金皆聚於意土之中而謂之和合四象也

和合四象圖

天三生木
位居東其
象爲青龍

金水合處
木火爲侶
四者混沌
列爲龍虎

地二生火
位居南其
象爲朱雀



天一生水
位居北其
象爲玄武

青龍玄武
降方蟠白
虎朱雀下
方拔四象
和合入中
宮化作一
靈歸紫府

地四生金
位居西其
象爲白虎

合眼光凝耳韵調鼻息緘舌氣四大不動使金木水火土俱會於中宮謂之攢簇五行也故曰精神魂魄意攢簇歸坤位靜極見天心自有神明至

HOÀ HỢP TỨ TƯỢNG ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Kim Thuỷ hợp xứ 金水合处
Mộc Hoả vi lữ 木火为侣
Tứ giả hỗn độn 四者混沌
Liệt vi Long Hổ 列为龙虎

Thiên tam sinh Mộc. Vị cư Đông. Kỳ tượng vi Thanh Long
天三生木位居东其象为青龙
Thiên Nhất sinh Thuỷ. Vị cư Bắc. Kỳ Tượng vi Huyền Vũ
天一生水位居北其象为玄武
Địa nhị sinh Hoả. Vị cư Nam. Kỳ tượng vi Chu Tước
地二生火位居南其象为朱雀
Địa tứ sinh Kim. Vị cư Tây. Kỳ tượng vi Bạch Hổ
地四生金位居西其象为白虎

Thanh Long, Huyền Vũ giáng phương bàn 青龙玄武降方蟠
Bạch Hổ, Chu Tước hạ phương viên 白虎朱雀下方援
Tứ tượng hoà hợp nhập Trung Cung 四象和合入中宫
Hoá tác nhất Linh qui Tử Phủ (Đan Điền) 化作一灵归紫府
Thanh Long, Huyền Vũ hợp hoà
Bạch Hổ, Chu Tước một nhà đoàn viên
Trung Cung hoà hợp mọi miền
Kim Đơn thấy tại Đan Điền chẳng sai.

Mắt chẳng xem thì Hồn tại Gan
Tai chẳng nghe thì Tinh tại Thận
Lưỡi bất động thì Thần tại Tâm
Mũi chẳng ngửi thì Phách tại Phế.

Bốn cơ quan đó vô lậu, thì Tinh Thuỷ, Thần Hoả, Hồn Mộc, Phách kim đều tụ ở trong Ý Thổ, như thế gọi là Hoà hợp Tứ Tượng.

Hợp nhãn quang, ngưng nhĩ vận, điều tị tức, giam thiệt khí. Tứ Đại sẽ bất động, để Kim, Mộc, Thuỷ, Hoả, Thổ đều hội ở Trung Cung, gọi là toản thốc Ngũ Hành vậy.

Nên nói:

Tinh Thần Hồn Phách Ý, 精神魂魄意
Toản thốc qui Khôn vị 攒簇归坤位
Tĩnh cực kiến Thiên Tâm 静极见天心
Tự hữu Thần Minh chí 自有神明至
Tinh Thần Hồn Phách Ý
Hoà hợp tại Trung Cung,
Tĩnh cực Thiên Tâm hiện
Thần minh tự nhiên đến.

HOÀ HỢP TỨ TƯỢNG THUYẾT

Tứ Tượng là: Thanh Long, Bạch Hổ, Chu Tước, Huyền Vũ.

Ngũ hành là: Kim, Mộc, Thuỷ, Hoả, Thổ.

Long Mộc sinh Hoả, đều thuộc về Tâm.

Tâm là tượng Đế chi Tiên (Tâm là gốc của ngũ hành)

Tâm là Chân Vô, Linh Diệu.

Nếu Tâm mà bất động thì Long ngâm, mây khởi, Chu Tước xếp cánh (Nguyên Thần qui phục) và Nguyên Khí ngưng kết.

Hổ Kim sinh Thuỷ, đều thuộc về thân.

Thân này, từ muôn kiếp vốn thanh tịnh, nên là Diệu Hữu của Chân Vô.

Thân mà bất động, thì Nguyên Khí sẽ y phụ và Nguyên Tinh sẽ kết thành. Tinh ngưng, Khí tụ, thì Kim, Mộc, Thuỷ, Hoả sẽ hồn dung nơi Chân Thổ. Tinh, Thần, Hồn, Phách sẽ hoà hợp tại Chân Ý.

Chân Ý là Kiền Nguyên, là Vạn vật chi thuỷ, thiên địa chi mẫu, âm duơng chi căn, thuỷ hoả chi bản, nhật nguyệt chi tông, tam tài chi nguyên, ngũ hành chi tổ.

Vạn vật nương vào đó để sinh thành, Thiên Linh nhờ đó mà thư thái. Ý mà bất động thì Nguyên Thần, Nguyên Khí tương giao, tinh khí thần tương hội, Tinh thuỷ, Thần Hoả, Hồn mộc, Phách kim (Tứ tượng) sẽ hoà hợp, Ngũ hành sẽ toản thốc nơi Đan Điền. Tất cả đều hội tụ về Trung cung và Đại Đan thành vậy.

Tử Dương chân nhân nói: Ngũ hành toàn yếu nhập Trung ương 五行全要入中央。

圖 離 填 坎 取

取出坎中畫補離還復乾
純陽命本固靈砂珠性圓
克念全天理離塵合上禪
采鉛知下手三疊舞胎仙

坎象來填
離挂成乾
天地定位
返本還原

陽丹結在陰海中猶如坎裏一炎堆
擒來離內温温養此即神仙顛倒功

THỦ KHẢM ĐIỀN LY ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Khảm tượng lai điền, Ly quái thành Kiền.	坎象来填离挂成乾
Thiên địa định vị, phản bản hoàn nguyên.	天地定位返本还原
Thủ xuất Khảm trung hoạch.	取出坎中画
Bổ Ly hoàn phục Kiền.	补离还复乾
Thuần Dương mệnh bản cố	纯阳命本固
Linh sa châu tính viên	灵砂珠性圆

Lấy một hào Dương trong quẻ Khảm,
Thay chỗ Âm Hào giữa quẻ Ly
Thế là Ly lại biến thành Kiền
Đất Trời định vị, tái hoàn nguyên

Khắc niệm toàn Thiên Lý 克念全天理
Ly trần hợp thượng thiền 离尘合上禅
Thái Diên tri hạ thủ 采铅知下手
Tam diệp vũ thai tiên 叁叠舞胎仙
Muôn niệm phát ra hợp lẽ Trời
Nay Ly biến dạng hoá Kiền rồi
Tu trì như vậy là biết cách
Phật Tiên âu cũng chỉ thế thôi

Dương đan kết tại Âm Hải trung 阳丹结在阴海中
Do như Khảm lý nhất viêm đôi 犹如坎里一炎堆
Cầm lai Ly nội ôn ôn dưỡng 擒来离内温温养
Thử tức Thần Tiên điên đảo công 此即神仙颠倒功
Lấy một hào Dương từ lòng biển
Thay chỗ hào Âm giữa quẻ Ly
Nếu như làm được công chuyện đó
Điên đảo Thần tiên, ta hãy suy

THỦ KHẢM ĐIỀN LY THUYẾT

Diên Hống là Thái Cực sơ phân, là Tiên Thiên chi Khí. Khí Tiên Thiên là Khí Sơ Huyền của Long Hổ vậy. Như vậy Diên Hống là Nguyên Thần Nguyên Khí lúc sơ phân.

Hổ ở phương Bắc trong Khảm Thuỷ. Hào Dương trong quẻ Khảm vốn thuộc Kiền. Trước khi có sinh diệt, Quẻ Kiền bị điên đảo, lọt vào trong quẻ Khôn. Thế là Khôn biến thành Khảm, Kiền biến thành Ly. Vì thế nên nói:

Khảm nội Hoàng Nam danh Hống tổ 坎内黄男名汞祖
Ly trung Huyền Nữ thị Diên gia. 离中玄女是铅家
Khảm có hào Dương nên kêu Hống tổ, Ly có hào Âm nên gọi Diên gia.

Nếu Nam nữ biệt cư, Diên Hống không chung một lò, thì Âm Dương sẽ không gặp gỡ, nên gọi là: Thiên Địa Bĩ 天地否

Thánh Nhân gọi Chân Ý là Huỳnh Bà, làm mối manh cho Huỳnh Nam của Khảm gặp Huyền Nữ của Ly. Phu thê giao cấu, Ly sẽ biến thành Thuần Kiền, Khảm sẽ biến thành Thuần Khôn. Thế là Thủ Khảm Điền Ly, cho con người chúng ta phục hồi tiên thiên bản thể:

BIẾN NGƯỜI TRỞ LẠI THÀNH TRỜI

Ngộ Chân Thiên viết:

Thủ tượng Khảm nội trung Tâm thật, 取将坎内中心实,
Điểm hoá Ly cung phúc nội Âm 点化离宫腹内阴
Quyết mang Khảm quái trung hào thực
Điểm hoá cho Ly hết nội Âm

QUAN ÂM MẬT CHÚ ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Chú thích của dịch giả:

Chú này còn được gọi là: Lục Tự Đại Minh Chân Ngôn, Lục Tự Đại Minh Chú, hay Lục Tự Đại Minh Darani.

Có nhiều cách đọc:

Án Ma Ni Bát Di Hồng.

Aum Mani Padme Hum

Ốm Ma Ni Bát Mê Hồng.

Án Ma Ni Bát Minh Hồng.

Om Mani Padme Hum.

Om Mani Pê Mê Hung.

Giải thích lời chú:

Đoàn Trung Còn dịch là: Aum, Le Joyau dans le Lotus. Hay cái quý báu trong Hoa Sen.

Tôi dựa vào Hình vẽ và lời chú nơi trang 200, 201 của sách: *Les Fondements de La Mystique Tibétaine (Foundaytion of the Tibetan Mysticism)* của Anagarita Govinda và *Les Spiritualités vivantes* của Jean Herbert, mà dịch là Aum, Ngọc Châu Viên Giác chiếu diệu trong Liên Hoa Tâm, hay Tuyệt Đối Thể chiếu diệu trong Trung Tâm não bộ, và đã sánh đồ hình này với Nê Hoàn cung của Đạo Lão.

Phương Dung, *Những điều huyền diệu của Kim Cang thừa*, tr.107, cũng giải thích từng chữ rất hay.

Mới đầu từ trên xuống dưới chỗ Rốn. Chứ AUM phải đọc nơi Rốn (Đan Điền)

Sau đi từ dưới lên trên cho tới cổ họng. Chữ Di (Mê) phải đọc từ dưới Rốn (Đan Điền).

QUAN ÂM MẬT CHÚ THUYẾT

Chú này là Tâm ấn rất vi diệu của Đức Quan Âm. Ai mà biết chú này thì cũng như viết Tam Tạng Pháp bửu. Ai mà đọc chú này thì cũng như đọc tất cả Kinh Phật, lại mở mang được đầu óc, thoát ly sinh tử, đạt tới Pháp Thân an lạc.

Nhưng niệm chú có mật quyết nên:

Tiếng thứ Nhất là Án 唵 niệm từ Chính Rốn (Đan Điền). Đó là niệm Tì Nô Giá Na Phật trong ta.

Tiếng thứ Hai là Ma 嘛 ở phía Đông. Đó là kêu Bất Động Tôn Phật trong ta.

Tiếng thứ ba là Ni 呢 ở phía Nam. Đó là niệm Phật hộ thân bảo sinh trong ta.

Tiếng thứ tư là Bát 叭 ở phía Tây. Đó là niệm Vô Lượng Phật trong thân ta.

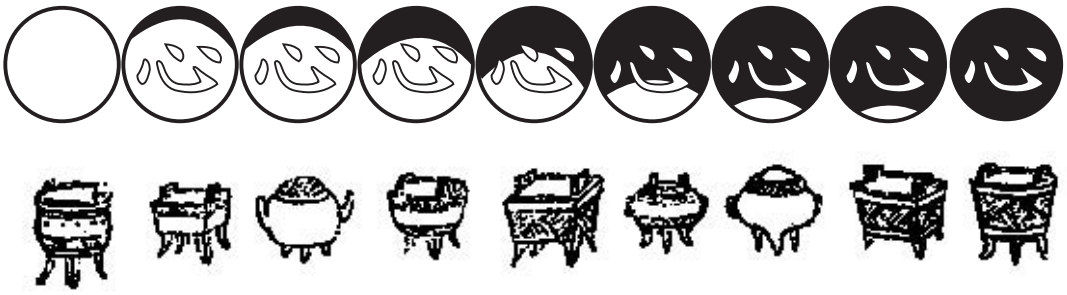
Tiếng thứ Năm là Di 咪 ở phía Bắc, tức là niệm Bất Không Thành Tựu Phật trong ta.

Tiếng thứ Sáu là Hồng 吽 tại yết hầu. Đó là niệm Đại Thế Chí Kim Cương.

Niệm lâu ngày Ngũ Khí sẽ triều Nguyên, tức thành tựu được công đức không cùng và chứng đắc được viên thông.

Lời bàn của dịch giả: Biết rằng trong mình có đủ chư Thần, chư Phật hiện thân thì dĩ nhiên là Đắc Đạo rồi vậy.

圖心煉鼎九



第一轉
措摩心地煉金丹止念當爲第一關
念斷自然情識斷須知水静没波瀾

第二轉
祖竅開時入杳冥坎離鉛汞自氤氲
天然真火知時煉煉出西乾半月痕

第三轉
外直中通世罕聞推求枝葉不求根
由從此處徐徐進一點靈光漸漸明

第四轉
陽烏海底奮神威正是金丹四轉時
奪得先天真種子河車搬運過曹溪

第五轉
時後金晶飛上來霞光燦爛囟門開
三花聚鼎烹龍虎珠落黄庭結聖胎

第六轉
金烏飛入廣寒宫白虎張威待赤龍
赤龍奮力歸金鼎掌握神珠照眼紅

第七轉
十月胎靈已躍然嬰兒法乳要三年
蟄藏住息温温養猶龍潭底抱珠眠

第八轉
陽極陰消丹已成神光赫赫耀金庭
脱離苦海分胎出自在昆侖頂上行

第九轉
無丹無火亦無金飈却鉗錢没處尋
真我本來真面目未生身處一輪明

CỬU ĐỈNH LUYỆN TÂM ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

** Đệ Nhất Chuyển* — *第一转*

Thố ma tâm địa luyện Kim Đan, — 措摩心地炼金丹
CHỈ NIỆM đương vi đệ nhất quan. — 止念当为第一关
Niệm đoạn tự nhiên tình thức đoạn — 念断自然情识断
Tu tri thuỷ tĩnh một ba lan. — 须知水静没波澜
Những ai quyết chí luyện Kim Đan
Dẹp trừ niệm lự mới là ngoan.
Tuyệt niệm, tự nhiên Tình Thức tuyệt,
Như mặt nước yên chẳng sóng cồn.

** Đệ Nhị Chuyển* — *第二转*

Tổ Khiếu[13] khai thời, nhập yểu minh, — 祖窍开时入杳冥
Khảm Ly[14] Diên Hống[15] tự nhân uân. — 坎离铅汞自氤氲
Thiên Nhiên Chân Hoả tri thời luyện, — 天然真火知时炼
Luyện xuất Tây Kiền nguyệt bán ngân[16] — 炼出西乾月半痕
Thấy được Thiên Tâm lúc màng mơ,

[13] Thiên Tâm, Đan Điền
[14] Thủy, Hỏa
[15] Nguyên Khí, Nguyên Thần
[16] Đan Điền

Nguyên Thần, Nguyên Khí tự nhiên hoà
Chân hoả nếu như mà biết luyện
Thuần Kiền vẹn sáng sẽ hiện ra.

** Đệ Tam Chuyển*	*第叁转*
Ngoại trực, trung thông, thế hãn văn	外直中通世罕闻
Suy cầu chi diệp, bất cầu căn	推求枝叶不求根
Do tùng thử xứ, từ từ tiến	由从此处徐徐进
Nhất điểm Linh Quang[17] tiệm tiệm minh	一点灵光渐渐明

Trong thông, ngoài thẳng ít ai nghe,
Chỉ kiếm ngọn ngành không kiếm gốc
Tìm ra được gối mới khỏi chê,
Thái Cực trong người sẽ phát huy

** Đệ Tứ Chuyển*	*第四转*
Dương ô[18] hải để phấn thần uy	阳乌海底奋神威
Chính thị Kim Đan tứ chuyển thì	正是金丹四转时
Đoạt đắc Tiên Thiên Chân Chủng tử[19]	夺得先天真种子
Hà Xa ban vận quá Tào Khê	河车搬运过曹溪

Luyện đan chính thị luyện Kim Đan,
Nguyên Thần, Nguyên Khí hợp lưỡng ban
Vận chuyển phải qua NHÂM ĐỐC mạch
Nhâm Đốc đả thông sẽ chu toàn

** Đệ Ngũ Chuyển*	*第五转*
Thời hậu Kim Tinh phi thượng lai	时後金晶飞上来
Hà quang xán lạn, tín môn khai	霞光灿烂囟门开
Tam hoa tụ đỉnh, phanh Long Hổ	叁花聚鼎烹龙虎
Châu lạc Huỳnh Đình kết thánh thai	珠落黄庭结圣胎

Chu Thiên Dương Hoả vận lên đầu
Xán lạn hào quang Huyệt Đạo khai
Tam hoa tụ đỉnh điều Thần Khí
Huỳnh đình châu lạc kết Thánh Thai

** Đệ Lục Chuyển*	*第六转*
Kim Ô phi nhập quảng hàn cung[20]	金乌飞入广寒宫
Bạch Hổ[21] trương uy đãi Xích Long[22]	白虎张威待赤龙
Xích Long phấn lực quy Kim Đỉnh[23]	赤龙奋力归金鼎
Chưởng ốc Thần Châu[24] chiếu nhãn hồng	掌握神珠照眼红

[17] Chân Nguyên
[18] Nguyên Thần
[19] Nguyên Khí
[20] Kim Ô Nhập Nguyệt chỉ Âm Dương giao hợp, Nguyên Thần, Nguyên Khí hỗn thông
[21] Thận gian động khí
[22] Nguyên Thần
[23] Đan Điền
[24] Kim Đan

Kim Ô bay thẳng nhập nguyệt cung
Bạch Hổ dương uy đợi Xích Long
Xích Long ra sức về Kim Đỉnh
Nắm chắc Thần Châu chiếu thinh không.

** Đệ Thất Chuyển*	*第七转*
Thập nguyệt Thai Linh[25] dĩ dược nhiên,	十月胎灵已跃然
Anh Nhi pháp nhũ yếu tam niên	婴儿法乳要叁年
Trập tàng[26] trụ tức ôn ôn dưỡng	蛰藏住息温温养
Do Long đàm để bão chân miên	犹龙潭底抱珠眠

Mười tháng hoài thai đã vẹn toàn,
Ba năm trẻ nít cần bú mớm
Tụ khí Tiên Thiên tại đan điền
Như Rồng ôm ngọc, ngủ Long đàm.

** Đệ Bát Chuyển*	*第八转*
Dương cực Âm tiêu, đan dĩ thành,	阳极阴消丹已成
Thần quang hách hách diệu Kim Đình[27]	神光赫赫耀金庭
Thoát Ly khổ hải phân thai xuất[28]	脱离苦海分胎出
Tự tại Côn Lôn đỉnh[29] thượng hành.	自在昆仑顶上行

Dương cực Âm tiêu đã thành đơn
Thần quang rực rỡ rạng Đan Điền
Thoát Ly khổ hải thần tiên hiện
Trên đỉnh Côn Lôn thấy nhãn tiền.

** Đệ Cửu Chuyển*	*第九转*
Vô Đơn, vô Hoả diệc vô Kim	无丹无火亦无金
Phàm khước kiềm tiền một xứ tầm	飚却钳钱没处寻
Chân Ngã Bản Lai Chân Diện Mục	真我本来真面目
Vị sinh thân xứ nhất luân minh	未生身处一轮明

Chẳng Đan, chẳng Hoả cũng chẳng Kim
Những chuyện Linh tinh, khó kiếm tìm
Chân Ngã, Bản Lai Chân Diện Mục
Một vừng trăng sáng trước khi sinh.

CỬU ĐỈNH LUYỆN TÂM THUYẾT

Nhật là Đơn của Trời. Nếu đen và động thì Nhật không phải là Đan nữa.

Tâm là Đơn của Người. Nếu bị vật đóng bụi, thì Tâm không phải là Đan nữa.

Cho nên luyện đan là loại trừ bụi bặm, để cho Tâm phục hồi Bản Thể, phục hồi Thiên Mệnh Chi Tính tự nhiên của mình.

---

[25] Nội Đan
[26] Hàm tàng Tiên Thiên khí ở Đan Điền
[27] Đan Điền
[28] Nội Đan
[29] Thượng Đan Điền

Thiên Mệnh chi Tính là Chân Kim của ta, ai ai cũng có. Khí chất chi tính là cặn bã của Kim. Bậc thượng trí cũng có tính này.

Nếu biết lấy lửa Nhân luân thường dùng, mà tôi luyện nó, thì Khí Chất chi Tính ngày một tiêu trừ. Khí chất chi tính đã trừ, thì Thiên Mệnh chi tính tự hiện.

Ngũ Đế[30], Tam Vương[31] đều là Vua, nhưng đã biết dùng Quân đạo (đạo làm vua) để hằng ngày tu luyện Tâm mình. Y Doãn, Phó Duyệt, Chu Công, Thiệu Công đều là Tể tướng. Các ngài đã dùng Tướng đạo (đạo làm tướng) để hằng ngày tu luyện Tâm mình.

Khổng Tử, Tăng Tử, Tử Tư, Mạnh Tử đều là thầy dạy học. Các Ngài đã dùng Sư đạo (đạo là thầy) để hằng ngày tu luyện Tâm mình.

Không lúc nào mà các Ngài không để tâm vào Đạo. Không lúc nào mà các Ngài không lấy Đạo luyện Tâm.

Đó là khuôn phép xưa của các bậc đại thánh, đại hiền. Lời minh huấn của các Ngày là chuyên lo luyện Tâm, luyện Tính.

*

* *

Lời bình của dịch giả:

Bài *Cửu Đỉnh luyện đan đồ* không có gì đặc sắc. Đại ý thì Luyện Tâm là chùi rửa cho Tâm trở nên trong sáng dần. Cuối cùng là Vòng tròn sáng trắng tinh, nhưng lại không có chữ Tâm. Thứ tự 9 bài thơ không ra đầu đuôi.

Nhưng bài *Cửu Chuyển luyện đan thuyết* thì rất hay. Gọi Luyện Tâm là Luyện Đan.

Thuyết này phân biệt con người có hai Tính: Thiên Địa chi tính (Tính Trời). Khí Chất chi tính (Tính Người)

Trừ khử Tính Người là Luyện Đan

Trừ được Tính Người, thì Tính Trời sẽ hiện, và Đan sẽ thành.

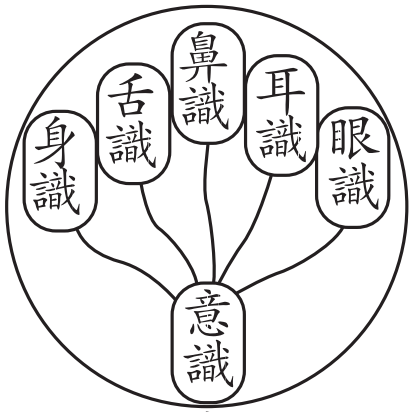
Cách bàn về Luyện Đan ở đây thật độc đáo. Không bàn đến Diên Hống (Dương Âm) hay Long Hổ mà chỉ bàn về Tính Trời, Tính Người. Rất đáng cho ta chú ý.

[30] Phục Hi, Thần Nông, Hoàng Đế, Nghiêu, Thuấn
[31] Hạ Vũ, Thương Thang, Chu Văn Vương

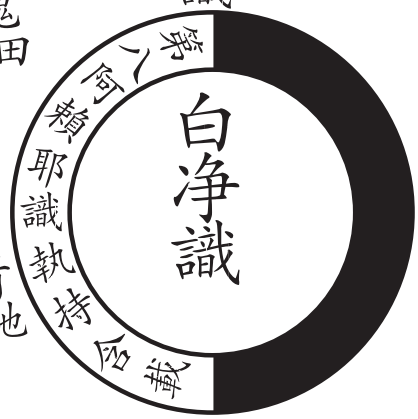
八識歸元圖

弟兄八個一人痴猶有一個最伶俐五個門前做買賣一個家中依主依伶俐者即第六意識也此識爲五賊之主司乃輪回之種子三界凡夫無一人不遭此沉溺故圓覺真經雲先斷無始輪回根本者斷此意識也痴者指第七傳送識而言主依者即第八阿賴耶識是也此識謂之總報主投胎時是也先來捨身時是也後去故曰去后來先作主公

軒轅稱九鼎　如來標八識



第七傳送識



神大火　妄　太極歸無極

魄大水

魂大田　真　精地火

境屬風即五識　六識屬波　七識屬浪　八識屬心海

九識屬湛性

八識者蓋屬無明色身已土事外起九識名曰白淨識不屬無名不落因果不假修證不受一塵故宗門謂之曰實際理地磚離一切相建化門中不捨一法具足一切實而言之以上八個識屬漸第九識屬頓何則然色身幻化不假修證法身無相猶虛空故不假修爲今以圖象會意揀妄明真勿令認賊爲子

BÁT THỨC QUY NGUYÊN ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Đệ huynh bát cá nhất nhân si	弟兄八个一人痴
Độc hữu nhất cá tối Linh Li	犹有一个最伶俐
Ngũ cá môn tiền tố mãi mại	五个门前做买卖
Nhất cá gia trung y chủ y	一个家中依主依

Anh em tám kẻ một người si (Mạt Na = Ngã si)
Duy có một chàng rất Linh Li (Đệ Lục Thức = Ý thức)
Năm người buôn bán ngoài cửa ngõ (Ngũ quan)
Một vị trong nhà đứng chỉ huy (Alaya)

Tối Linh Li là Đệ Lục Thức, tức ý thức. Thức này làm chủ Ngũ tặc, là chủng tử luân hồi. Tam giới phàm phu ai cũng bị thức này làm đắm chìm. Nên Kinh Viên Giác nói: Tiên đoạn vô thuỷ luân hồi căn bản. Tức là chặt bỏ thức này.

Si là đệ Thất Thức tức Truyền Tống Thức.

Y giả là Đệ bát Thức (Alaya thức). Khi đầu thai, nó đến trước tiên, khi xả thân thì nó đoạn hậu. Cho nên nói: Khứ hậu, lai tiên tác Chủ công.

Bát thức đều thuộc Vô Minh, Sắc Thân là do Kỷ Thổ dấy lên.

Còn đệ Cửu Thức thì được gọi là Bạch Tịnh Thức. Thức này vượt ngoài Vô Minh, không ở trong vòng Nhân Quả, không cần tu chứng, không nhiễm trần ai, cho nên Thiền Môn gọi là "***Thực Tế Lý Địa***" 实际理地 (Thế giới Bản Thể), Ly nhất thiết thực tướng, ở trong Hư Hoá, Pháp nào cũng có, đầy đủ tất cả Bát cá thức thuộc Tiệm, còn đệ Cửu Thức thì thuộc Đốn. Tại sao vậy? Sắc thân ảo hoá cần tu chứng. Còn Pháp Thân thì vô tướng y như Hư Không, cho nên không cần tập luyện tu chứng.

Nay vẽ ra đồ hình này để biểu đạt ý kiến trên, bỏ vọng cầu chân, khiến người không nhận giặc làm con. Hiên Viên Hoàng Đế gọi Tâm là Cửu Đỉnh, Như Lai gọi là Bát Thức, Thái cực qui thuộc vu Vô Cực. Ngũ Thức hay Cảnh thuộc Phong. Lục thức thuộc Ba, Đệ Thất Thức là Lãng, Đệ Bát Thức là Tâm Hải, đệ Cửu Thức là Tính Lắng Trong (Thanh tĩnh minh triệt, tự nhiên Nguyên Tính).

BÁT THỨC QUI NGUYÊN THUYẾT

Thích gia cho rằng: Con người thụ sinh là do tinh cha, huyết mẹ (Tinh Khí), và Thức Thần kiếp trước mà thành. Ba yếu tố đó hợp lại thành thai. Tinh, Khí là do cha mẹ mà có, thức thần thì không do cha mẹ, nhưng từ vô thủy kiếp mà lưu lại, cho nên nó là Sinh Diệt tính. Cho nên nói: Bát thức là do sinh diệt (Thức Thần) và Bất sinh diệt (Tinh Huyết) mà thành. Cho nên, trong Tạo Hóa, có cái Chân Tể muôn đời không đổi dời, cũng có cái theo thời gian mà suy di, biến hóa, cái đó là: Khí Vận. (Khí Vận là Âm Dương khí hóa, vận động, suy di)

Chân Tể là Khí Vận hợp lại gọi là Thiên Mệnh Chi Tính (Thiên Phú Chi Tính, Bản Nhiên Chi Tính)

Thiên Mệnh Chi Tính gọi là Nguyên Thần, Khí Chất chi Tính gọi là Thức Thần.

Cho nên Nho gia gọi Thức Thần là Biến Hóa Khí Chất (Có thể dùng tu luyện mà cái biến nó). Thiền Tông có phép: Chuyển Thức thành Trí (chuyển Thức Thần thành Không Tĩnh Tuệ Trí). Làm cho con người nhận lầm rằng trong mình có cái gì Chiêu Minh Linh Hiển, hỗn nhiên dữ vật đồng Thể, rồi tưởng đó là Nguyên Thần. Có biết đâu rằng đó chỉ là gốc của Tử Tử, Sinh Sinh, chứ không phải là Nguyên Thần bất sinh bất diệt.

Ôi, biết được Thức thời dễ, trừ được Thức thời khó!

Nếu chẳng biết lấy Thiên Mạng Nguyên Thần để tiêu trừ Nghiệp Thức (Thức Thần), thì cuối cùng cũng không thoát vòng Sinh diệt, không biết ngày ra khỏi.

*

* *

Lời bàn của Dịch Giả:

Ta thấy mục đích đạo Lão khá rõ ràng:

Biến con người phàm phu thành con người Siêu Việt, biến Người thành Trời.

Đạo Lão đưa ra nhiều cách:

1. Hợp nhất các yếu tố về Nhất Thể, khiến Âm Dương hợp Nhất thành Thái Cực. Họ gọi Âm là Hổ, là Diên, là Xá Nữ, là Nguyệt; gọi Dương là Long, là Hống, là Anh Nhi, là Nhật v.v. Và gọi đó là Phép Luyện Đơn, mà luyện đơn là vận chân khí qua xương sống, qua hai mạch Nhâm Đốc, và đem Chân Khí đó về Tích Tụ tại Nê Hoàn Cung, hay Thượng Đan Điền. Khoa học Vận khí qua hai mạch Nhâm Đốc chính là khoa Khí Công của Trung Hoa. Tôi không muốn nói nhiều hơn, chỉ xin giới thiệu bộ sách: *Trung Quốc khí công đại thành* 中国气功大成, do Phương Xuân Dương 方春阳 chủ biên, 868 trang, Cát Lâm Khoa Học kỹ thuật xuất bản xã, 1999.

2. Chẳng những hợp Âm Dương, mà còn Hòa Hợp Tinh Khí Thần qui tụ về nơi đầu mà họ gọi là Tam Hoa qui đỉnh.

3. Cũng có thể Hòa Hợp Ngũ Hành mà họ gọi là Ngũ Khí Triều Nguyên.

4. Họ coi con người sau khi đã sinh, thì không còn Thuần Thể, Toàn Thể như Trời. Trời khi ấy đã mất vẻ Thuần Khiết và đã biến thành Ly. Cho nên phải biết lấy Hào Dương ở giữa quẻ Khảm thay cho Hào Âm ở giữa quẻ Ly, cho Ly biến trở lại thành Kiền. Đó là Thủ Khảm Điền Ly. Đó là biến Phàm Tâm con người trở thành Thiên Tâm.

5. Họ gọi con người là Khí Chất chi Tính, coi Trời là Thiên Mệnh chi Tính. Diệt Khí chất chi tính, để thay thế bằng Thiên Mệnh chi Tính

Khí Chất chi tính là Nhân Dục, Thiên Mệnh chi tình là Thiên Lý. Cho nên hễ Nhân dục thắng thì Thiên Lý vong. Nhân dục tận thì Thiên Lý hiện. Hai đằng không thể lưỡng lập, mà phải một chết một còn. Đó cũng là Biến Người thành Trời.

6. Họ muốn biến Tinh Khí Thần, và nói: Luyện Tinh hóa Khí, luyện Khí hóa Thần, Luyện Thần hoàn hư, phục qui Vô Cực. Đó cũng là Biến Người thành Trời.

7. Họ chủ trương người có Bát Thức. Ngoài Bát thức ra, còn có Cửu Thức, hay Bạch Tịnh Thức. Bát thức phải qui về Bạnh Tịnh Thức thì con người mới trở nên Bất Tử. Đó cũng là cách Biến Người thành Trời theo Phật Giáo. (Phật Giáo xưa nay chỉ biết Bát thức, khi giác ngộ, thì Thức sẽ biến thành Trí, ví dụ Alaya sẽ biến thành Đại Viên Cảnh Trí. Chỉ có Doãn Chân Nhân mới nói con người có Cửu Thức).

8. Họ còn chủ trương Tâm Tử, Thần Hoạt, Tâm con người có chết đi thì Thần Trời Đất mới hiện ra.

9. Cho nên có thể nói rằng đằng sau mỗi con người sinh tử chúng ta, còn có một Chân Nhân bất sinh bất tử. Phải tìm cho ra được Chân Thần bất sinh bất tử ấy, phải hoàn toàn vất bỏ con người cũ của chúng ta, và thay thế chúng ta hoàn toàn bằng con người mới. Như vậy mới là Giác Ngộ hoàn toàn. Tâm ta phải như mặt trời trong sáng. Như vậy giữa Con Người Phàm Phu chúng ta và con người Thiên Chân chúng ta, như có một bức màn, tu là xé bỏ bức màn đó.

10. Như vậy, chúng ta đáng lý là Trong sáng, nhưng ta lại nghĩ ta là Đen đủi.

Chúng ta là Bất tử nhưng chúng ta chỉ nhìn thấy Sinh Tử, Biến Thiên.

Chúng ta là Chân Như, nhưng vì mang hồn phách, hình hài nên tưởng mình là cái GIẢ HỢP.

Bà La Môn giáo cầu xin:

Xin đưa tôi từ GIẢ về CHÂN.

Xin đưa tôi từ TỐI TĂM trở về ÁNH SÁNG.

Xin đưa tôi từ TỬ VONG trở về BẤT TỬ. (Brih. Upanishad. 1.3.28)

Đó chính là Họ nhìn ta từ Khía Cạnh Thần Tiên, chứ không nhìn ta bằng đôi mắt phàm tục.

NGŨ KHÍ TRIỀU NGUYÊN THUYẾT

Một Khí phân ra thành Lưỡng Nghi, Lưỡng Nghi định vị phân thành Ngũ Thường. Ngũ Thường mỗi kẻ giữ một phương. Mỗi phương đều khác khí lại có một người con giữ,

Tên con Thanh Đế là Long Yên, được Giáp Ất Mộc đức tam khí.
Tên con Xích Đế là Đơn Nguyên, được Bính Đinh Hỏa đức nhị khí.
Tên con Bạch Đế là Hạo Hoa, được Canh Tân Kim đức tứ khí.
Tên con Hắc Đế là Huyền Minh, được Nhâm Quí Thủy đức nhất khí.
Tên con Hoàng Đế là Thường Tồn, được Mậu Kỷ Thổ đức là Ngũ Khí.
Cho nên Kim được Thổ thì Sinh, Mộc được Thổ thì vượng.
Hỏa được Thổ thì ngừng, Thủy được Thổ thì dứt.
Chỉ Thánh Nhân mới biết đạo lý Hồi Kỷ, Hoàn Nguyên.
Đó là Túm Năm, Tụm Bốn, Hội Ba, Hiệp Hai và Qui Nhất.
Nếu Thân bất động thì Tinh bền, mà Thủy triều Nguyên.
Tâm bất động, thì Khí bền, mà Hỏa triều Nguyên.
Chân Tính mà tĩnh tịch, thì Hồn tàng mà Mộc triều Nguyên.
Vọng tình mà trừ được thì Phách sẽ ẩn phục mà Kim sẽ triều Nguyên.
Tứ đại an hòa thì Ý định mà Thổ sẽ triều Nguyên.
Đó là Ngũ Khí Triều Nguyên, đều qui tụ tại đỉnh đầu.

*
* *

Lời bàn của Dịch Giả

Con người muốn qui nguyên phản bản, thì tất cả phải qui hướng về Trời, về lẽ Một.
Ngũ Khí là: Tinh, Thần, Hồn, Phách, Ý. Tất cả phải hợp lại thành một.
Cho nên mới có những chữ:

- Ngũ Khí Triều Nguyên, Toản Thốc Ngũ Hành.
- Tứ Tổ qui gia.
- Tam gia tương kiến, Tam Hoa tụ đỉnh, Tam vật qui Thổ.

ĐÃI CHIẾU ĐỒ

(Nội dung trong đồ hình)

Hình thần câu diệu, Đạo vi đồ	形神俱妙道为徒
Tính Mệnh tương viên hợp Thái Hư	性命相圆合太虚
Bảo chiếu giáng thời đằng hạc ngự	宝诏降时腾鹤驭
Ngọc thư bái hậu giá Long Xa	玉书拜後驾龙车
Long Xa nhiễm nhiễm thừa vân khí,	龙车冉冉乘云气
Biến mãn Lục Hư quảng vô tế	遍满六虚广无际
Cửu Thiên tiên tử tiếu tương nghinh,	九天仙子笑相迎
Đồng nghệ Huyền đô triều Thượng Đế	同诣玄都朝上帝

Thần hình đẹp đẽ, bạn Trời ư?
Tính Mệnh song tu, hợp Thái Hư
Bảo chiếu giáng thời, lên lưng hạc
Phụng lĩnh Ngọc Thư, ngồi Long Xa.
Long xa, ngồi rồi, thừa vân khí,
Rảo khắp Lục Hư rộng vô bờ
Tiên tử từ Trời vui vẻ đón
Về chầu Thượng Đế tại Huyền Dô.

ĐÃI CHIẾU THUYẾT

Sau chín năm diện bích, Linh Đài rực rỡ, giác hải viên minh, tính mệnh hợp hòa, hình thần câu diệu, hợp đức cùng trời đất, đồng thể với Thái Hư.

Lúc đó Đan Đạo đã thành, công hạnh tích lũy đã đầy đủ. Vì Đạo Đức như Âm với Dương. Hạnh và Công như mắt với chân.

Chung Ly Quyền nói:

Hữu công vô hạnh như vô túc	有功无行如无足,
Hữu hạnh vô công mục bất toàn	有行无功目不全。
Công hạnh lưỡng viên túc mục bị,	功行两圆足自备,
Thùy vân vô phận tác Thần Tiên	谁云无份作神仙?

Có Công, không Hạnh, như thiếu chân,
Có Hạnh, không Công tựa mắt mù
Công Hạnh vẹn toàn chân mắt đủ
Phải có nhân duyên mới nên Tiên.

Cho nên cổ tiên, thượng thánh xưa sau khi đã luyện thành Kim Đơn, khi đã ôn dưỡng hoàn tất, thì đi chơi khắp thế gian, che dấu thân phận, hòa mình với người, tùy sức kiến công, tùy phương cởi trói, phò nguy, giải ách, cứu kiếp, khuông thời, phổ độ quần mê, tiếp dẫn hậu học. Đối với Đạo có công, đối với nhân gian có Hạnh.

Khi Công Hạnh mãn túc, thì yên lặng chờ thời, đợi Thiên Thư giáng triệu. Ngọc Nữ tới đón, cưỡi hạc, đằng vân, bay thẳng về Tam Thanh thánh cảnh.

Trương Tử Dương viết trong Ngộ Chân Thiên:

Đức hạnh tu du bát bách,	德行修逾八百,
Âm công tích mãn tam thiên	阴功积满三千,
Bảo phù giáng chiếu khứ triều thiên	宝符降诏去朝天,
Ổn giá quỳnh dư phụng Liễn	稳驾琼舆凤辇。

Đức hạnh đủ tám trăm,
Âm công đủ ba nghìn
Bảo phong giáng chiếu mời lên Trời
Cưỡi xe loan phụng về nơi Cửu Trùng.

PHI THĂNG THUYẾT

Tiên có Ngũ Đẳng, Phật có Tam Thừa.

Tu trì, công hạnh khác nhau, nên cách siêu thoát cũng khác nhau.

"Phi thăng xung cử" 飞升冲举 (Lên trời toàn gia) là cao nhất. "Tọa hóa thi giải" 坐化尸解 (Ngồi yên mà chết) là thứ nhì, "Đầu thai đoạt xá" 投胎夺舍 (Nhập và xác người khác mà hoàn hồn) đó là kém nhất.

Có người cưỡi rồng lên trời như Hoàng Đế, Mao Mông, Vương Huyền Phủ, Vi Thiện Tuấn.

Có người cưỡi mây lên Trời như Dương Hi, Lý Cấp, Lam Thái Hòa, Tôn Bất Nhị.

Có người cưỡi cá lên trời như Tử Anh, Cầm Cao.

Có người cưỡi chim loan lên trời như Tử Tấn, Đặng Úc.

Có người cưỡi hạc bay lên như: Hoàn Khải, Khuất Xử Tính.

Có người cưỡi gió lên trời như Cát Do, Vũ Di Quân.

Có người "Bạt trạch phi thăng" 拔宅飞升 (Lên trời với cả nhà cửa, với toàn gia) như Hà Hầu, Doãn Hỉ, Hoài Nam Vương, Hứa Sinh Dương.

Có người "Bạch Nhật thăng thiên" 白日升天 (Lên trời ban ngày) như Thái Quỳnh, Phùng Trưởng, Mã Thành Tử, Phù Khưu Bá.

Khảo liệt Tiên Phổ Truyện mới biết từ xưa đến nay thành Tiên có hơn vạn người, lên tiên cả gia đình có trên 8.000 người.

Cho nên Thuần Dương Tổ Sư có viết một câu Liễn trên vách tường chùa Cảnh Phúc như sau:

Mạc đạo Thần Tiên vô học xứ,	莫道神仙无学处,
Cổ kim đa thiểu thượng thăng nhân	古今多少上升人。
Đừng nói Thần Tiên không chỗ học,	
Xưa nay đã có kẻ lên trời.	

*

* *

Lời bàn của Dịch Giả:

Vấn đề Thăng Thiên này của Doãn Chân Nhân không thể nào tin nổi. Xưa nay không ai chứng kiến những cảnh quái dị như vậy. Ta chỉ nên coi đoạn này *cho vui mà thôi*.

TÍNH MỆNH SONG TU
VẠN THẦN KHUÊ CHỈ
性命双修万神圭旨

Hanh tập - Mục lục
亨集 - 目录

Hàm Dưỡng Bản Nguyên đồ
涵养本原图

Khẩu quyết tiết thứ nhất:
第一节口诀
HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN
CỨU HỘ MỆNH BẢO
Tẩy Tâm Thoái Tàng Đồ
Thoái Tàng Mộc Dục Công Phu
Ngọc Dịch Luyện Hình đồ
Ngọc Dịch Luyện Hình Pháp Tắc
An Thần Tổ Khiếu đồ

Khẩu quyết tiết thứ hai:
第二节口诀
AN THẦN TỔ KHIẾU
HẠP TỰ TIÊN THIÊN
Pháp Luân Tự Chuyển đồ
Pháp Luân Tự Chuyển Công Phu
Long Hổ Giao Cấu đồ
Long Hổ Giao Cấu Pháp Tắc
Trập Tàng Khí Huyệt đồ

Khẩu quyết tiết thứ ba:
第三节口诀
TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT,
CHÚNG DIỆU QUY CĂN
Thai Tức Quyết
Hành Lập Tọa Ngọa Tứ Thiền đồ

涵養本原圖

秘密藏　腔子裏　朱砂鼎　赤龍精　神明之舍　道義之門

菩提本性本如如萬法通兮透太虛
自有靈明開般若機緘露處現真如
真如一點原於此無生無滅無終水
精神合道自長生道馭精神真不死

作如是觀清靜種
百千法門同歸方寸
河沙妙德盡在心源
照無色界幾千塵

衆妙應須無以觀更將有向竅門看
可名物母明明說兩顆明珠轉三盤
默默無言微更微無言之內有真機
自家竅妙自家會萬裏青天一鶴飛

止其所　自在處　光明藏　天玄女　靈明竅　活潑潑地

丹臺乾靈赤守蛇朱靈玉
馬山水女府液烏金
真汞丹元坤水日魂主翁天君臺關靈

何思何慮之天　不識不知之地

千聖一心
萬古一道

天君泰然
百骸從令

虛靈不昧之神　色空不二之物

HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN ĐỒ - 涵养本原图

(Nội dung trong đồ hình)

Bí mật tạng 秘密藏, Xoang tử lý 腔子里, Chu Sa đỉnh 朱砂鼎, Xích Long tinh 赤龙精, Thần Minh chi xá 神明之舍, Đạo Nghĩa chi môn 道义之门, Hà tư hà lự chi thiên 何思何虑之天, Bất thức bất tri chi địa 不识不知之地.

Chỉ kỳ sở 止其所, Tự tại xứ 自在处, Quang Minh tạng 光明藏, Thiên Huyền nữ 天玄女, Linh Minh khiếu 灵明窍, Hoạt bát bát địa 活泼泼地, Hư Linh bất muội chi thần 虚灵不昧之神, Sắc không bất nhị chi vật 色空不二之物.

Chân hống 真汞, Đơn nguyên 丹元, Khôn thủy 坤水, Nhật hồn 日魂, Chủ ông 主翁, Thiên quân 天君, Linh Đài 灵台, Linh Quan 灵关, Đơn Đài 丹台, Hiên Mã 乾马, Linh Sơn 灵山, Xích Thủy 赤水, Thủ Linh 守灵, Xá Nữ 姹女, Chu Hống 朱汞, Linh Phủ 灵府, Ngọc Dịch 玉液, Kim Ô 金乌.

(Lời bàn của Dịch giả: Các danh từ trên đều có nghĩa là Linh Đài, là Chân Tâm, là Bản Nguyên con người)

Bá thiên Pháp môn, 百千法门
Đồng quy Phương Thốn. 同归方寸
Hà sa diệu đức, 河沙妙德
Tận tại Tâm Nguyên. 尽在心源
Trăm vạn Pháp Môn,
Đều quy Tâm khảm.
Diệu Đức hằng hà,
Đều tại nơi Tâm.

Bồ Đề bản tính bản như như, 菩提本性本如如
Vạn Pháp thông hề thấu Thái Hư. 万法通兮透太虚
Tự hữu Linh Minh khai Bát Nhã, 自有灵明开般若
Cơ giam lộ xứ hiện Chân Như. 机缄露处现真如
Bồ đề bản tính vốn như như,
Suốt thông Vạn Pháp thấu Thái Hư,
Vốn sẵn Linh Minh, khai Bát Nhã,
Bịt bùng phá sạch lộ Chân Như.

Chân Như nhất điểm, nguyên ư thử, 真如一点原於此
Vô sinh, vô diệt, vô chung thủy. 无生无灭无终水
Tinh Thần hợp đạo tự Trường sinh, 精神合道自长生
Đạo ngự Tinh Thần, chân bất tử. 道驭精神真不死
Một điểm Chân Như vốn sẵn đây,
Vô tử, vô sinh, vô chung thủy.
Tinh Thần hợp đạo sẽ trường sinh,
Đạo chế Tinh Thần âu bất tử.

Chúng diệu ưng tu Vô dĩ quan, 众妙应须无以观
Cảnh tương Hữu hướng Khiếu môn khan, 更将有向窍门看
Khả danh vật mẫu minh minh thuyết, 可名物母明明说
Lưỡng khỏa minh châu, chuyển tam ban. 两颗明珠转三盘
Chúng Diệu muốn hay, khởi tự Vô,
Đã vào trong Hữu, thấy cõi bờ.
Đạo trời bàn luận đâu có dễ,
Diệu Kiến đôi dòng, luận khó ghê!

Mặc mặc vô ngôn, vi cánh vi, 默默无言微更微
Vô Ngôn chi nội hữu Chân Ki. 无言之内有真机
Tự gia khiếu điệu tự gia hội, 自家窍妙自家会
Vạn Lý thanh thiên nhất hạc phi. 万里青天一鹤飞
Yên lặng, không lời, mới khó sao,
Giữa cái không lời, có nẻo vào.
Khiếu Diệu của ai, người ấy biết,
Đường trời muôn dặm cánh hạc lao!

Tam điểm như tinh bố, 三点如精布
Hoành Câu tự Nguyệt tà. 横钩似月斜
Phi mao tòng thử xuất, 披毛从此出
Tác Phật dã do tha. 作佛也由他
Ba chấm tựa ba sao,
Móc ngang tựa Nguyệt tà.
Cầm thú do đó sinh,
Thần Tiên do đó phát.

TÂM NGUYÊN 心源 = Căn Tâm
TÍNH HẢI 惺海 = Bể tính

Tác như thị quán, thanh tĩnh chủng, 作如是观清静种
Chiếu vô sắc giới, kỷ thiên trần. 照无色界几千廛
Trừng tâm tĩnh lự chiếu muôn nơi,
Thấu soi vạn vật ngàn muôn kiếp.

Thiên thánh nhất Tâm, vạn cổ nhất Đạo. 千圣一心万古一道
Thiên quân thái nhiên, bách hài tòng lệnh. 天君泰然百骸从令
Thiên thánh một lòng, muôn đời một Đạo
Óc mà minh tĩnh, Nguyên Thần mà an thái, thì tứ chi bá hài tuân theo mệnh lệnh và cũng được thái khang.

ĐỆ NHẤT TIẾT KHẨU QUYẾT
HÀM DƯỠNG BẢN NGUYÊN, CỨU HỘ MỆNH BẢO

第一节口诀：涵养本原救护命宝

Muốn trường sinh, phải tìm cho được Chân Tâm

Muốn tu Trường sinh, phải biết gốc của sở sinh. Muốn cầu bất tử, phải biết thế nào là con người bất tử. Cho nên nói: Có biết được Bất tử nhân, mới có thể trở nên Bất tử.

Con người bất tử ấy, Đạo gia kêu là "Thiết Hán", Phật gia gọi là "Kim Cương". Tức là Chân Tâm, bản lai diệu giác của con người. Tâm này vốn Linh minh bất muội. Thường tri, thường minh, về Thể, vốn dĩ không sinh, không diệt, về Tướng, vốn vô khứ, vô lai. Không biết có tự bao giờ, trước đất trời nó đã có. Cao thì vô thượng, rộng thì vô cùng, thẳm sâu vô đáy. Trời đất chở che là nhờ nó, nhật nguyệt sáng soi là do nó, hư không nhờ nó mà rộng rãi, bao la, vạn loài nhờ nó mà biến hóa. Tam giáo Thánh Nhân tu Đạo là tu cái đó, thành Tiên, thành phật là do đó, mang lông, đội sừng cũng do đó.

Thánh phàm hai nẻo, do nó (Tâm đó) phân ra. Xuất sinh tử cũng do nó, lên Niết bàn cũng chỉ có Phép này (phép tu tâm này). Vạn vật trong thế gian đều bị vô thường thôn tính. Duy có cái đó không sinh, không diệt, duy cái tâm đó không gì trói buộc nổi, nó vô hình tướng, nên không gì thấy được. Nó đoan đoan, chính chính, đình đình, đáng đáng, rất đâu ra đấy, nhưng con người không hiểu được Bản Lai của nó.

Chân tâm và Vọng tâm

Tại sao không giác ngộ? Tại vì có vọng tâm. Vọng tâm là gì? Chúng sinh từ vô thủy dĩ lai, không biết Chân Tâm, chẳng tự hiểu biết, nên bị luân chuyển, uổng nhập các nẻo luân hồi.

Dầu hết Chân Tâm thời vô vọng, tính trí bản minh. Nguyên tinh thời thanh tịnh thâm diệu, nhưng vì vọng tâm đột khởi, nên Chân Tâm bị mờ tối, Nguyên tinh cũng mất bản chất, bị trần ai làm dơ nhớp, và cái Biết phát sinh. Cho nên chuyển Tri Giác thành Thức. Vọng tâm trong ta chính là Thức vậy. Tâm vốn vô tri, nhờ Thức mới biết. Tính vốn vô sinh, nhờ Thức mới sinh. Chủng tử sinh thân này, do đó phát sinh. Nhân đó sinh ra các loại hoa ô nhiễm, và tất nhiên sẽ sinh ra các quả luân hồi sinh tử.

Thức Thần là Vọng Tâm, là Căn Nguyên sinh tử

Ngày nay, người ta nhận lầm rằng trong tâm ta có một vật chiếu chiếu Linh Linh, hồn nhiên cùng vật đồng thể, nên gọi nó là Nguyên Thần. Có biết đâu đó chỉ là Thức Thần sinh sinh tử tử, chỉ là chủng tử kiếp kiếp luân hồi.

Cho nên Cảnh Sầm nói:

Học Đạo chi nhân bất ngộ chân, 学道之人不悟真，
Chỉ vị tùng tiền nhận Thức Thần. 只为从前认识神，
Vô lượng kiếp lai sinh tử bản, 无量劫来生死本，
Si nhân hoán tác bản lai nhân. 痴人唤作本来人。

Người nay học Đạo chẳng biết Chân,
Chỉ vị xưa nay nhận Thức Thần.
Thức Thần vốn dĩ sinh tử bản,
Người khờ tưởng đấy Bản Lai Nhân.

Than ôi! Người đời nhận tớ làm chủ, nhận giặc làm con (nhận ngọn làm gốc) mà chẳng hay. Cho nên đức Thế Tôn mới dạy: Tiên đoạn vô thủy luân hồi căn bản 先断无始轮回根本 *(Trước hết phải chặt đứt căn bản Luân Hồi)*. Căn này đã chặt, thì các Thức lấy đâu mà nương. Và ta sẽ phục hồi được Bản Thể Nguyên Sơ thường minh của chúng ta.

Nhưng Đại Đạo mênh mang, mù mịt, biết làm sao mà đi vào? Muốn cho áo xống tề chỉnh, phải xốc lại cổ áo, muốn cho lưới cá tề chỉnh, phải xem lại giường mối lưới.

Xưa Doãn Chân Nhân dạy ta con đường tu đạo chân chính, đó là phải bắt đầu cho hay, cho đẹp. Nếu đầu mà tinh khiết, thì Thiên Lý sẽ hiện tiền, Thức niệm không thể ô nhiễm được. Ví như, khi mặt trời sáng láng từng không, thì ma quỷ đều tuyệt tích.

Muốn tu, phải biết đâu là Linh Đài

Các "Tâm địa pháp môn" này, đó là đạo bất biến của muôn thần, vạn thánh xưa nay. Cho nên Lão Tử nói: "Muốn tu đạo, phải nhìn vào Tâm (nội quan). Muốn nhìn vào tâm, cái hay là phải biết Linh Quan Nhất Khiếu (Nê Hoàn Cung, Linh Đài). Con người từ khi thụ sinh, đã bẩm thụ được "một điểm Nguyên Dương", nên sinh ra khiếu này, để tàng trữ "Nguyên Thần".

Khiếu này rỗng không, chí hư, chí linh, là chủ tể con người chúng ta. Cho nên có nó thì sống, không có nó thì chết. Sinh tử thịnh suy đều do nó định đoạt.

Nho gọi "Linh Đài", Đạo gọi "Linh Quan", Phật gọi "Linh Sơn". Tam giáo đều có cùng một pháp môn, đó là cái "Khiếu Linh minh" này vậy.

Phật giáo nói:

Phật tại Linh Sơn mạc viễn cầu, 佛在灵山莫远求，
Linh Sơn chỉ tại nhữ tâm đầu. 灵山只在汝心头，
Nhân nhân hữu cá Linh Sơn tháp, 人人有个灵山塔，
Hảo hướng Linh Sơn tháp hạ tu. 好向灵山塔下修。

Phật tại Linh Sơn, khỏi tìm đâu,
Linh Sơn ở tại nhữ Tâm Đầu.
Ai ai cũng có Linh Sơn tháp,
Hãy hướng Linh Sơn tháp mà tu.

Đó là luận cho biết Linh Sơn tháp ở đâu.

Lão giáo dạy:

Đại Đạo căn kinh, thức giả hi, 大道根茎识者稀，
Thường nhân nhật dụng thục năng tri. 常人日用孰能知，
Vi quân chỉ xuất thần tiên quật, 为君指出神仙窟，
Nhất khiếu loan loan tự nguyệt mi. 一窍弯弯似月眉。

Đại Đạo căn cơ ít kẻ hay,
Hằng ngày dùng nó vẫn không hay.
Vì ngươi chỉ rõ "Thần Tiên Quật",
Cong cong một khiếu tựa lông mày.

Đó là mô tả hình dáng về Huyệt đó.

Khiếu này là Đài của Thần Linh, là phủ bí mật. Nó rất thanh tịnh, minh diệu, hư triệt, Linh thông, một mình đứng vững. Nó là Căn bản chúng sinh, nên gọi là Tâm Địa, là Sở đắc của chư Phật cho nên gọi Bồ Đề.

Giao triệt dung dung dung, nên gọi là Pháp Giới (tức vũ trụ hiện tượng giới).

Tịch tĩnh, thường lạc nên gọi Niết Bàn.

Không ô trọc, không tẩu lậu nền gọi Thanh Tịnh.

Chân thật bất biến nên gọi Chân Như.

Không lỗi lầm, không sai quấy nên gọi Phật tính. Giúp lành, lánh dữ nên gọi Tổng Trì.

Ẩn phú, hàm nhiếp (thu tàng mọi sự) nên gọi Như Lai Tạng.

Siêu việt, huyền bí nên gọi Mật Nghiêm Quốc (Tịnh Thổ của Đức Đại Nhật Như Lai). Gồm thâu mọi đức, chỉ điểm quần mê, một mình chiếu sáng, nên gọi Viên Giác. *Kỳ thật, chỉ*

là một khiếu. Đi ngược nó sẽ là phàm phu, thuận theo nó là Tiên Thánh. Không biết nó sẽ bị Sinh Tử, Luân Hồi; Hiểu biết nó Luân Hồi sẽ dứt.

Muốn Thể hợp Chí đạo phải biết quán chiếu Bản Tâm

Muốn dứt Luân Hồi, không gì bằng thể hợp Chí Đạo. Muốn thể hợp Chí Đạo, không gì bằng Quán Chiếu Bản Tâm. Muốn Quán Chiếu Bản Tâm, phải biết hư tâm quảng thị, nội quan quán chiếu, lúc nào cũng như vầng nguyệt giữa trời, lúc nào cũng phải định tĩnh tuệ chiếu, lúc nào cũng giữ không để thất tình manh nha (ai, cụ, hỉ, nộ, ái, ố, lạc, dục), lúc nào cũng giữ cho Bát Thức không hoen ố. Ngoài tuyệt chư duyên, trong tuyệt chư vọng. Phải biết phản quan, nội thính, điều hòa hơi thở, ngậm miệng không nói, tứ chi bất động, để cho Ngũ Thức đều phản kỳ căn, cho Ngũ Linh phản an kỳ vị.

Suốt 24 giờ, mắt luôn nhìn vào khiếu đó, tai thường "nghịc thính" khiếu đó, lưỡi thường quy hướng về khiếu đó, vận, dụng, thi, vi, niệm niệm không ngoài khiếu đó. Đi, đứng, năm, ngồi, tâm thường không rời khiếu đó. Không lúc nào được quên "quan chiếu khiếu đó". Nếu làm sai nguyên tắc này, thì làm sao thần quang xuất ra lại tự phản hồi được, luôn luôn không lìa xa khiếu này, như Tử Tư nói: Bất khả tu du ly 不可须臾离 vậy.

Trước thời tồn dưỡng để hư cái Tâm, sau phải quên đi để mở lượng cái Tâm. Tùy xứ, tùy thời, luôn luôn tự tại, vô ngại. Đúng như Hổ Long Kinh đã nói: "Chí diệu chi yếu, tiên tồn, hậu vong." 至妙之要, 先存后忘。*(Cái cốt yếu của điều huyền diệu này là Tiên tồn, Hậu vong)*. Đó là khẩu quyết rốt ráo vậy.

Phải biết giữ đôi mắt

Muốn trừ Lục Thức, cần biết trước sau: Tuy ý là chủ soái Lục Thức, nhưng thật ra đôi mắt là Tiên Phong của Ngũ Tặc. Cho nên Cổ Đức nói: "Tâm thị khu cơ, mục vi đạo tặc, dục phục kỳ Tâm, tiên nhiếp kỳ mục." 心是枢机, 目为盗贼。欲伏其心, 先摄其目。*(Tâm là then chốt, mắt là giặc trộm, muốn hàng phục Tâm, trước phải nhắm mắt)*. Cho nên cung muốn bắn, phải động nỏ. Nỏ không động thì cung không bắn, mắt không động thì Tâm đứng yên.

Âm Phù Kinh viết: "Cơ tại mục." 机在目。(*Nỏ ở mắt*). Đạo Đức Kinh viết: "Bất kiến khả dục, nhi Tâm bất loạn." 不见可欲, 而心不乱。

Mọi vẻ đẹp bên ngoài chẳng thiết,

Cho lòng dân cao khiết trong veo.

Luận Ngữ viết: "Phi Lễ vật thị." 非礼勿视。(*Không nhìn điều phi lễ.*)

Chu Tử nói: "Chế vu ngoại, sở dĩ dưỡng kỳ trung dã." 制于外所以养其中也。(*Không nhìn cái dáng mê bên ngoài, để dưỡng cái Tâm*)

Sách Kim Tư Bửu Lục nói: "Nhãn nãi thần du Huyền Tẫn Môn, ức chi lệnh nhãn sử qui tâm." 眼乃神游玄牝门, 抑之令眼使归心。(*Mắt nhìn là Thần đi chơi nơi Huyền Tẫn Môn, hạn chế để cho Mắt quay về Tâm.*)

Mắt thủ khiếu này không rời, tức là Như Lai Tạng Pháp Nhãn, đúng bí chỉ của Kinh Niết Bàn. Cho nên Lăng Già Kinh viết: "Tác thị quán giả, danh vị Chính quán; Nhược tha quán giả, danh vi tà quán." 作是观者, 名为正观;若他观者, 名为邪观。(*Có cái nhìn này là cái nhìn đúng, nếu có cái nhìn khác, là cái nhìn sai*)

Sách Quán Kinh, phẩm Quân Tâm viết: "Tam giới chi trung, dĩ Tâm vi chủ, Năng quán Tâm giả, cứu cánh giải thoát, bất năng quán giả, tất cảnh trầm luân." 三界之中, 以心为主。能观心者, 究竟解脱;不能观者, 毕竟沉沦。(*Tâm là chủ Tam Giới, biết quán Tâm [nội quan] sẽ được giải thoát. Không biết quán tâm, cuối cùng sẽ bị trầm luân*).

Chương đầu Đạo Đức Kinh viết: Thường hữu dục dĩ quan kỳ kiếu. 常有欲以观其徼 (*Từ Hữu sẽ thấy đầu đuôi vạn vật.*), là thấy được khiếu này. Thường vô dục dĩ quan kỳ Diệu. 常无欲以观其妙 (*Từ Vô sẽ thấy được điều ảo diệu của Đạo.*), là thấy được vi diệu của khiếu này. Xưa kia Hoàng Đế đã nội quán 3 tháng, là quán chiếu khiếu này.

Phải biết Quán Tâm, Chỉ Niệm

Đức Thái Thượng Lão Quân cũng nói: "Ngô tòng vô lượng kiếp lai, nội quan đắc đạo, nãi chí hư vô." 吾从无量劫来, 内观得道, 乃至虚无。(*Ta từ vô lượng kiếp tới nay, dùng nội quan mà đắc đạo, mà tới được Hư Vô.*)

Quán Tâm không dễ, Chỉ Niệm khó hơn. Cho nên chỗ niệm khởi đầu là căn cơ sinh tử.

Cổ Tiên viết:

Đạo Đạo giáo nhân tiên chỉ niệm, 大道教人先止念，
Niệm đầu bất trú, diệc đồ nhiên. 念头不住亦徒然。

Đại Đạo dạy người tiên chỉ niệm,
Niệm đầu chẳng trụ mới là hay.

Kinh Viên Giác nói: *Tất cả thời gian rảnh rỗi không khởi Vọng Niệm, nếu còn Vọng Tâm, Vọng Niệm sẽ không diệt. Sống trong cảnh Vọng Tưởng, đừng có tìm hiểu. Nếu cứ tìm hiểu, sẽ không biết đâu là chân thật.*

Khởi Tín Luận viết: *Nếu Tâm tán loạn, lập tức thu nhiếp lại, khiến cho Tâm được Chính Niệm. Niệm khởi, biết ngay, biết tức là vô (niệm). Tu hành diệu môn, chính tại nơi đây.*

Hư Tịnh Thiên Sư viết: *Không sợ niệm khởi, chỉ lo biết muộn. Niệm khởi là bệnh, dứt bệnh là thuốc.*

Niệm là Vọng Niệm

Nên biết Vọng Niệm khởi lên từ Thức Căn. Đấu tranh thị phi biến thành hư vọng, chứ không có Thực Thể.

Ở nơi chúng sinh, thì Trí liệt, Thức cường. Cho nên gọi là Thức.

Ở nơi chư Phật, thì Trí cường, Thức liệt. Cho nên gọi là Trí.

Chỉ đổi tên, không đổi Bản Thể.

Lúc ban sơ, Tâm Nguyên khuếch nhiên, vi diệu, trừng triệt, nhưng vì tri kiến sinh, vọng trần khởi, nên có Vọng Niệm. Nếu không có Tri Kiến, thí Trí Tính chân tịnh, phục hồi diện trạm, động triệt tinh vi, và ý niệm sẽ tự tiêu.

Ý niệm đã tiêu, thì Lục Thức cũng sẽ tiêu ma. Cho nên Văn Thù Bồ Tát nói: Nhất căn (Tâm) ký qui nguyên. Lục căn (nhãn, nhĩ, tị, thiệt, thân, ý) thành giải thoát.

Không có Lục Căn, thì không có Lục Trần (Sắc, Thanh, Hương, Vị, Xúc, Pháp). Không có Lục Trần thì không có Lục Thức (Nhãn thức, Nhĩ thức, Tị thức, Thiệt thức, Thân thức, Ý thức). Không có Lục Thức sẽ không có luân hồi chủng tử. Thì nhất điểm Chân Tâm của ta sẽ độc lập, không y cứ vào đâu, và sẽ Không, Không, Đãng, Đãng, Quang, Quang, Tịnh, Tịnh. VẠN THẾ TRƯỜNG TỒN, KHÔNG CÒN SINH DIỆT NỮA.

Tu là Tu Tâm, là Bồi dưỡng Bản Nguyên

Phép này trực chỉ Nhân Tâm, Tâm mà tu thì vạn sự thành, thật là giản dị, thẳng suốt: Chỉ cần Bồi dưỡng Bản Tâm, quán chiếu Bản Khiếu (Bản Tâm). Lâu ngày Tâm sẽ như đổi mới, khí Hạo Nhiên (Chân Khí) sẽ thông sướng, ngưng nhiên bất động, sẽ tịch nhiên vô tư, biết rõ Cái Không, hiểu được Tính mình. Cho nên nói: "Bì phu bác lạc tận, Nhất Chân tương thứ hiện." 皮肤剥落尽, 一真将次现 (*Bì phu khi lóc hết, Chân Linh sẽ hiện ra*).

Công phu được như vậy, tự nhiên tinh thần sẽ rạng rỡ, trí tuệ ngày một sinh. Tâm Tính linh thông, cái gì ẩn hiện cũng rõ hết, tùy ý biết được cơ đóng mở của trời đất, tha hồ bay nhảy. Tự nhiên Nguyên Dương Chân Khí từ trong phát ra, từ đầu đi xuống Huỳnh Đình (Trung Đan Điền), xuyên thấu Vĩ Lư, lên tới huyệt Giáp Tích. Trên thì lên tới Thiên Cốc (Nê Hoàn), dưới xuống tới Khúc Giang (Hạ Đan Điền). Làm cho bách mạch lưu thông, Tam Điền khái quán, xua đuổi âm tà ra khỏi trăm khiếu trong thân, rửa sạch uế tạp trong Ngũ Tạng, y như được uống thuốc của Thiện Kiến Vương (của Đế Thích, là vua của thành Thiện Kiến Vương, trên

đỉnh núi Tu Di), các bệnh đều tiêu. Như tấu khúc đàn Sư Tử (Sư Tử là vua Bách Lỗ, Phật giáo kêu Như Lai là Sư Tử), mọi thanh âm khác đều đình chỉ. Nên nói:

Nhất Tâm liệu vạn bệnh, 一心疗万病，

Bất giả dược phương đa. 不假药方多。

Một Tâm chữa muôn bệnh,

Đơn thuốc chẳng cần nhiều.

Mới biết xưa nay, chư thánh đều lấy Tâm này làm phương tiện mà vào cửa, cuối cùng tu thành Tiên, Phật, Thánh, Tổ, thành Thầy dạy đời.

Phàm phu không thành chứng quả, là vì chẳng biết Tâm này. Cho nên có lời nói: "Hải khô chung kiến đế. Nhân tử bất tri tâm." 海枯终见底, 人死不知心。(*Biển khô còn thấy đáy. Người chết chưa biết Tâm*).

Lục Đạo (Thiên đạo, Nhân đạo, A Tu La đạo - Thần, Địa ngục đạo, Ngạ quỷ đạo, Súc sinh đạo) quần mông (mê muội) đều do cửa này mà sinh ra (không biết Tu Tâm).

Băng qua nghìn đời vẫn không biết đàng trở lại. Thật đáng buồn thay!

Cho nên chư Phật mới vào nhà lửa cứu người, Tổ Sư mới dạy Tây lai. Sở dĩ chư thánh phải buồn than, chỉ là vì người không đạt được Cái Duy Tâm Yếu Đạo ấy.

Như sách Bửu Tạng nói: Trong trời đất, vũ trụ này, có một báu vật (Tâm Chân Như, Linh Tri), dấu tại con người (hình sơn = hình dạng con người), gặp vật thì chói sáng, trong, ngoài trống rỗng, tịch mịch khó thấy, gọi là Huyền Huyền. Nó hiện ra phía ngoài cung Tử Vi (Thượng Đan Điền). Diệu dụng nó là tại nó Hư Vô, đoan hóa bất động, độc nhất, vô song, thanh có âm hưởng nhiệm màu, sắc nở hoa dung, không thấy sở cư, như là Không Không. Chỉ để lại âm thanh, không thấy hình tượng. Chỉ để lại công phu, không thấy được dung mạo. Nó chói rọi u minh, quán thông mọi sự lý. Nó là Chủ tể muôn loài, là Chân Tông vạn sự. Nó thi công nơi người thì như có hình, lúc nó tĩnh định thì minh minh, hư vô. Bản tính nó vốn tĩnh minh, bắt chước theo nó thì công đức sẽ viên thành. Nó sang soi nhật nguyệt, đức nó vượt Thiên Không. Vạn vật bất động, nhất thiết vô danh. Chuyển hóa Thiên Địa, tự tại tung hoành. Tinh vi diệu dụng, hỗn độn nhi thành. Có ai thấy mà không mừng, có ai nghe mà không sợ. Sao lại để cho hòn ngọc vô giá đó lọt vào Âm Nhập chi khanh? Thật là đáng buồn. Chỉ vì con không biết Tự Trọng, buồn thay! Buồn thay! Như vậy tối sao thành sáng?

Bảo vật đó, sáng láng rực rỡ, rạng chiếu mười phương. Tịch nhiên như không có gì, nhưng công dụng vô biên.

Ứng thành thanh sắc, thành Âm Dương. Nó không có căn, nhưng diệu dụng thì vô cùng. Mắt nhìn không thấy, tai nghe không ra. Bản Nguyên nó thì mù mịt, biến hóa thành vật, thành thánh thần, công dụng nó thật Linh diệu. Nó là Chân Tinh của Đại Đạo, Chân Tinh này rất Linh diệu, sinh ra vạn vật, ngưng nhiên thường trụ, trường tồn, đồng thể với Đạo.

Vạn sự trong thiên hạ, Tâm là quan trọng nhất. Bách tính dùng nó hằng ngày, mà không biết nó, như cá trong biển, mà không biết nước. Cho nên kinh Phật nói: Nhất thiết chúng sinh, từ vạn kiếp lai, không biết bản tâm, không tự giác ngộ, nhận lầm tứ đại (đất, nước, gió, lửa) là thân, duyên lự làm Tâm. Ví như trăm nghìn biển cả thì không nhận, chỉ nhận một cái bèo cái bọt. Cứ thế, đã mê, càng mê, đã lầm càng lầm, tâm tùy cảnh đổi, mắt tùy vật sinh tình, thủ xả trăm mối, không lúc nào rảnh, cho nên lầm lạc, tạo nghiệp. Tuần hoàn trong lục đạo, như lưới dày bao vây khắp mình, không sao thoát ra được. Suy cho cùng chỉ tại lúc đầu đã bị vọng niệm làm mê hoặc bản tâm mà thôi.

Cho nên Linh Nhuận thiền sư nói:

Vọng tình khiên dẫn hà thời liễu, 妄情牵引何时了，

Cô phụ Linh Đài nhất điểm quang. 辜负灵台一点光。

Vọng tình dẫn dắt khi nào hết,

Uổng thay ánh sáng của Linh Đài.

Linh Đài nhất điểm quang chính là Chân Như Linh Tri Tâm vậy. Nó tối huyền, tối diệu, thông thánh, thông linh, cực cao minh, cực quảng đại, nó sinh ra mọi biến hóa, là bản thể quần sinh, vạn hữu, hoành quán vạn phương. Từ khi chưa có trời đất tới nay, nó vốn hằng hữu. Khi trời đất đã hủy hoại, nó vẫn còn đó. Nhất thiết cảnh giới đều là tâm quang. Nếu người ta biết được Tâm, thì Đại Địa không còn một tấc đất. Nên nói: Tam giới duy Tâm.

Người mê cầu Pháp ngoài Tâm, bậc Chí Nhân thấy Cảnh là Tâm. Cảnh là Cảnh của Tâm, Tâm là Tâm của Cảnh. Đối cảnh không mê, gặp duyên không động. Hỗ thành một Thể không khác. Nếu biết cảnh tượng bên ngoài đều do Tâm biến hiện, thì sẽ Ngộ Tâm, thành Đạo.

Thấy được Vọng Niệm từ vô thủy, sẽ thu nhiếp được Cảnh về Tâm, thoát triền phược, đạt tới Chân Như, lìa trần cấu, mà đạt giải thoát, vĩnh viễn hòa hiệp với Thanh Tĩnh, Tự Nhiên, không còn thấy các hướng hữu vi của trần cảnh. Như vàng lìa khoáng, không còn bao giờ bị nhiễm bùn nhơ; như cây đã thành than, không còn bao giờ sinh cành lá. Đã được là được luôn, cùng tận cõi bờ của vị lai, siêu thoát hết mọi gông cùm, sống mãi cùng thần thánh.

Tuy nhiên, cái Đại Đạo tối thượng nhất thừa này, nếu ai có căn cơ linh lợi, thì vào ngay được cõi Như Lai, ai mà có căn cơ cùn nhụt, thì sẽ phải làm sao? Thưa phải đi từ thấp tới cao, dần dà đi vào: Một bước tiến là một bước hiệu nghiệm; lên một cấp là có quy mô một cấp. Lại nữa muốn đi xa là phải tự chỗ gần, muốn lên cao phải từ chỗ thấp. Nếu chẳng biết nhập môn hạ thủ, thì làm sao lên được cảnh giới tối cao? Nếu không tận tâm, làm sao biết tính? Nếu không Minh Tâm, làm sao Kiến Tính? Cái yếu quyết để Minh Tâm, Tu Tâm là phải lấy Thiện Đạo, phù trợ bản tâm, phải luôn lấy máu nhuận trạch kỳ tâm, luôn luôn phải tĩnh trị cõi lòng, luôn luôn phải tinh tiến kiên cố bản tâm, luôn luôn phải lấy nhẫn nhục làm cho thân thản đãng, luôn luôn phải lấy Linh giác minh chiếu khiết tịnh tự tâm, luôn luôn phải lấy trí tuệ mở mang cõi lòng, luôn luôn phải lấy Phật tri kiến khải phát tự tâm, lấy Phật pháp bình đẳng mở rộng Tâm Hồn.

Cho nên, Minh Tâm là cái bơi chèo trí huệ đẩy đưa ta trong biển sinh tử của ta, Tận Tâm là lương y chữa mọi bệnh phiền não. Nếu không biết Tâm này, sẽ vĩnh kiếp luân hồi, đánh mất chân tính. Nếu biết rõ tâm này, thì sẽ thoát vòng sinh tử, chứng đắc Niết Bàn. Sau trước không bao giờ ra khỏi Tâm này. Lìa khỏi Tâm này không còn diệu pháp nào khác, chẳng qua chỉ là thành tựu cái Tâm này mà thôi.

Ôi! Chẳng nên coi thường. Thánh nhân khó gặp. Cho nên Trương Bình Thúc nói:

Chỉ vị Đan Kinh vô khẩu quyết, 只为丹经无口诀，
Giáo quân hà xứ kết Linh Thai. 教君何处结灵胎？
Chỉ vị Đan Kinh không khẩu quyết,
Khiến ông không cách kết Linh Thai.

Có biết đâu rằng:

Các khẩu quyết Đan Kinh, rất là ẩn áo, rất là khó hiểu. Khiến người không hiểu nổi. Toàn là ẩn ngữ, bí từ, khiến người hoa mắt, loạn tâm, đến nỗi giữa đường phải rút lui.

Ta rất thương họ. Nay đem Đan Kinh, Phạn điển, khẩu quyết nhất nhất nêu ra, cho đời sau biết. Nó sẽ như ngọn đèn phá tan âm tối, chỉ rõ con đường, cho mọi người biết được giả chân, phân rành vàng đá.

Khẩu quyết

Thái Huyền Chân Nhân nói:

Phụ mẫu sinh tiền nhất điểm Linh, 父母生前一点灵，
Bất Linh chỉ vị kết thành hình. 不灵只为结成形。
Thành hình tráo khước quang minh chủng, 成形罩却光明种，
Phóng hạ y nhiên triệt để thanh. 放下依然彻底清。
Phụ mẫu sinh tiền một điểm Linh,

Không Linh chỉ tại kết thành hình.
Thành hình, khuất lấp quang minh chủng,
Nếu thoát hình hài triệt để thanh.

Không Chiếu Thiền Sư nói:

Giá cá phân minh, cá cá đồng, 这个分明个个同，
Năng bao thiên địa, vận hư không. 能包天地运虚空。
Ngã kim trực chỉ Chân Tâm địa, 我今直指真心地，
Không tịch Linh Tri thị Bản Tông. 空寂灵知是本宗。
Chân Như tính ấy thế nhân đồng,
Bao trùm trời đất, chuyển Hư Không.
Nay ta chỉ thẳng Chân Tâm địa,
Vắng lặng Linh Tri, ấy Bản Tông.

Tự Nhiên Cư Sĩ nói:

Tâm như minh kính Liên thiên tịnh, 心如明镜连天净，
Tính tự hàn đàm chỉ thủy đồng. 性似寒潭止水同。
Thập nhị thời trung thường giác chiếu, 十二时中常觉照，
Hưu giao muội liễu Chủ Nhân Ông. 休教昧了主人翁。
Tâm sáng như gương, trong tựa trời,
Tính như hồ lắng, nước lặng ngôi.
Ngày đêm tĩnh mịch, thường Giác Chiếu,
Chiếu soi tỏ rõ Chủ Nhân soi.

Trí Giác Thiền Sư nói:

Bồ tát tòng lai bất ly Chân, 菩萨从来不离真，
Tự gia muội Liễu, bất tương thân. 自家昧了不相亲。
Nhược năng tĩnh tọa hồi quang chiếu, 若能静坐回光照，
Tiện kiến sinh tiền cựu chủ nhân. 便见生前旧主人。
Bồ tát từ xưa chẳng lìa Chân,
Tại mình mê muội chẳng thân gần.
Nếu hay tĩnh tọa hồi quang chiếu,
Liền thấy sinh tiền Cựu Chủ Nhân.

Tam Mao Chân Quân viết:

Linh Đài trạm trạm tự Băng hồ, 灵台湛湛似冰壶，
Chỉ hứa Nguyên Thần tại lý cư. 只许元神在里居。
Nhược hướng thử trung lưu nhất vật, 若向此中留一物，
Khởi năng chứng Đạo hợp Thanh Hư? 岂能证道合清虚？
Linh Đài trong vắt tựa Băng hồ,
Chỉ có Nguyên Thần được ở trong.
Nếu để vật chi vào trong đó,
Sẽ không chứng Đạo, hợp Thanh Hư.

Thiên Nhiên Thiền Sư nói:

Tâm bản tuyệt trần hà dụng tẩy, 心本绝尘何用洗，
Thân Trung vô bệnh khởi cầu y? 身中无病岂求医。
Dục tri thị Phật, phi thân xứ, 欲知是佛非身处，
Minh giám cao huyền, vị chiếu thời? 明鉴高玄未照时。
Tâm vốn không dơ, cần gì tắm,
Trong mình không bệnh khỏi cầu Thầy.
Mới biết thân ta chính là Phật,
Như đài gương sáng chiếu đó đây.

Chủ Kính Đạo Nhân nói:

Vị phát chi tiền, Tâm thị Tính, 未发之前心是性，
Dĩ phát chi hậu, Tính thị Tâm. 已发之后性是必。
Tâm, Tính nguyên đầu, tham bất thấu, 心性源头参不透，
Không tòng vãng tích, phí sưu tầm. 空从往迹费搜寻。
Tâm khi chưa phát, Tâm là Tính,
Khi đã phát rồi, Tính là Tâm.
Chỗ Tâm Tính khởi, suy chẳng thấu,
Dấu vết tìm chi, uổng sưu tầm.

Vô Tâm Chân Nhân nói:

Vọng niệm tài hưng, Thần tức thiên, 妄念才兴神即迁，
Thần thiên, lục tặc loạn tâm điền. 神过六贼乱心田。
Tâm điền ký loạn, thân vô chủ, 心田既乱身无主，
Lục đạo luân hồi tại mục tiền. 六道轮回在目前。
Vọng niệm dấy lên, Thần tự thiên,
Thần thiên, lục tặc loạn tâm điền.
Tâm điền đã loạn, Thân vô chủ,
Sáu nẻo luân hồi thấy nhãn tiền.

Cao tăng Diệu Hư nói:

Tinh tinh nhất cá Chủ Nhân Ông, 惺惺一个主人翁，
Tịch thiên bất động tại Linh Cung. 寂然不动在灵宫。
Đãn đắc thử trung vô quải ngại, 但得此中无挂碍，
Thiên Nhiên Bản Thể tự Hư Không. 天然本体自虚空。
Tinh tao một vị Chủ Nhân Ông,
Tịch Nhiên bất động tại Linh Cung.
Chỉ cốt Linh Cung không vướng mắc,
Thiên Nhiên Bản Thể hiện Hư Không.

Thái Ất Chân Nhân nói:

Nhất điểm viên minh đẳng Thái Hư, 一点圆明等太虚，
Chỉ nhân niệm khởi kết thành khu. 只因念起结成躯。

Nhược năng phóng hạ hồi quang chiếu, 若能放下回光照，
Y cựu thanh hư, nhất vật vô. 依旧清虚一物无。
Một điểm viên minh tựa Thái Hư,
Chỉ vì niệm khởi, kết thành khu.
Nếu biết bỏ thân, hồi quang chiếu,
Sẽ thấy bên trong vẫn thanh hư.

Hoa Nghiêm Kinh viết:
Hữu số, vô số nhất thiết kiếp, 有数无数一切劫，
Bồ tát liễu tri tức nhất niệm. 菩萨了知即已念。
Vu thử thiện nhân bồ đề hạnh, 于此善入菩提行，
Thường cần tu tập bất thoái chuyển. 常勤修习不退转。
Nhất thiết kiếp nạn con người,
Đều do tạp niệm trong đời nảy sinh.
Bồ tát thấy được rõ ràng,
Cho nên tu luyện liên canh chẳng dời.

Hải Nguyệt Thiền Sư nói:
Lục cá (lục thức) môn đầu nhất cá quan, 六个门头一个关，
Ngũ môn bất tất tiện già lan. 五门不必更遮栏。
Tòng tha thế sự phân phân loạn, 从他世事纷纷乱，
Đường thượng gia tôn (tâm) trấn nhật an. 堂上家尊镇日安。
Lục thức môn đầu phong tỏa một,
Ngũ quan bất tất phải cài then.
Chỉ do lục thức, nên đời loạn,
Trong nhà gia chủ vẫn bình an.

(Tu là già tỏa, phong bế ý thức. Quan bế đệ lục thức tức ý thức, vì ý thức là đầu đảng ngũ tặc, là chủ soái của lục thức).

Thủy Am Thiền Sư nói:
Bất khởi nhất niệm, Tu Di Sơn[32], 不起一念须弥山，
Đãi lập đương đầu, trước nhãn khan. 待立当头着眼看。
Niêm nhất lũ ti, khinh bán đảo, 拈一缕丝轻绊倒，
Gia gia môn để thấu Trường An (thánh giới). 家家门底透长安。
Nê Hoàn vắng lặng không một niệm,
Để ngay trước mặt, mắt ngó xem.
Lòng vốn khinh thanh, không ô nhiễm,
Lòng không vọng niệm, đạt tiên ban.

Đại Sư Trí Tụng nói:
Chân Phật vô vi tại ngã thân, 真佛无为在我身，
Tam hô, tam ứng, thái tinh tinh. 三呼三应太惺惺。

[32] Diệu Quang, Diên Cao, Nê Hoàn Cung

Nhược nhân bất ngộ nguyên do giả, 若人不悟原由者，
Trần kiếp mang mang, nhận Thức Thần. 生劫茫茫认识神。
Chân Phật vô vi, tại ngã thân,
Hễ gọi là thưa, rất ân cần.
Nếu người không biết sao như vậy,
Chỉ tại xưa nay nhận Thức Thần.

Vô Cấu Tử kệ nói:
Ngũ Uẩn[33] sơn đầu nhất đoạn không, 五蕴山头一断空，
Đồng môn xuất nhập bất tương phùng. 同门出入不相逢。
Vô lượng kiếp lai, nhẫm ốc trú, 无量劫来赁屋住，
Đáo đầu bất thức Chủ Nhân Ông (Bản Tâm). 到头不识主人翁。
Đầu non Ngũ Uẩn một vừng không,
Vào ra cùng cửa, chẳng tương phùng.
Từ bao nhiêu kiếp thuê nhà ở,
Tới nay, nào biết Chủ Nhân Ông.

Duy Khoan Thiền Sư nói:
Khuyến quân học Đạo mạc tham cầu, 劝君学道莫贪求，
Vạn sự vô tâm Đạo hợp đầu. 万事无心道合头。
Vô Tâm thủy thể Vô Tâm Đạo, 无心始体无心道，
Thể đắc vô tâm, Đạo dã hưu. 体得无心道也休。
Khuyên ai học Đạo chớ tham cầu,
Đem tâm vô sự hợp Đạo mầu.
Vô tâm hợp với Vô Tâm Đạo,
Hợp đạo vô tâm, Đạo mới sâu.

Chí Công Hòa Thượng nói:
Đốn ngộ Tâm nguyên khai bảo tạng, 顿悟心原开宝藏，
Ẩn hiện Linh Tông, hiện Chân Tượng. 隐现灵踪现真象。
Độc hành, độc tọa, thường nguy nguy, 独行独坐常巍巍，
Bách ức hóa thân, vô số lượng. 百亿化身无数量。
Tâm nguyên đốn ngộ, bảo tạng khai,
Linh Tông ẩn hiện xuất sinh ra.
Một mình đi đứng oai phong quá,
Bách ức hóa thân, vô số mà[34].

Ngốc Đường Thiền Sư nói:
Ưng vô sở trụ sinh kỳ Tâm, 应无所住生其心，
Khuếch triệt, viên minh xứ xứ chân. 廓彻圆明处处真。
Trực hạ đỉnh môn, khai Chính Nhãn, 直下顶门开正眼，

[33] Sắc, Thu, Tưởng, Hành, Thức
[34] Nhận thức được rằng trong ta có Phật tính, rồi lo tiêu trừ vọng niệm, sẽ đạt Phật quả

Đại thiên sa giới hiện toàn thân. 大千沙界现全身。
Ưng vô sở trụ, sinh kỳ Tâm,
Tâm sẽ viên minh, xứ xứ chân.
Ngay dưới Nê Hoàn, khai Chính Nhãn,
Hằng hà sa số hiện toàn thân[35].

Sách Chỉ Huyền Thiên viết:

Nhược đắc Tâm không, khổ tiện vô, 若得心空若便无，
Hữu hà Sinh Tử, hữu hà câu. 有何生死有何拘。
Nhất chiêu thoát hạ thai châu áo, 一朝脱下胎州袄，
Tác cá tiêu diêu đại trượng phu. 作个逍遥大丈夫。
Tâm mà không tịch, khổ còn đâu,
Không còn sinh tử, không vướng mắc.
Một ngày nào đó buông áo xác,
Sẽ sống tiêu diêu đời trượng phu.

Đoàn Chân Nhân nói:

Tâm nội quan tâm, mịch Bản Tâm, 心内观心觅本心，
Tâm Tâm câu tuyệt, kiến Chân Tâm. 心心俱绝见真心。
Chân Tâm minh triệt thông tam giới, 真心明彻通三界，
Ngoại đạo, thiên ma bất cảm xâm. 外道天魔不敢侵。
Quán chiếu nội tâm, tìm Bản Tâm,
Vọng Tâm mà biến, hiện Chân Tâm.
Chân Tâm rạng rỡ, thông Tam Giới,
Thiên ma ngoại đạo chẳng dám xâm.

Trương Viễn Tiêu nói:

Bất sinh, bất diệt bản lai chân, 不生不灭本来真，
Vô giá dạ quang nhân bất thức. 无价夜光人不识。
Phàm phu hư độ kỷ thiên sinh, 凡夫虚度几千生，
Tạp tại khoáng trung bất năng xuất. 杂在矿中不能出。
Chân Tâm nguyên thị vốn là Chân,
Như ngọc dạ quang người không biết.
Phàm phu uổng sống qua nhiều kiếp,
Ngọc nằm trong khoáng chẳng sao ra.

Tiết Đạo Quang nói:

Diệu quyết ngũ thiên xưng Đạo Đức, 妙诀五千称道德，
Chân thiên tam bách tụng Âm Phù. 真诠三百颂阴符。
Đãn đắc Tâm trung vô nhất tự, 但得心中无一字，
Bất tham thiền diệc thị công phu. 不参禅亦是工夫。
Đạo Đức năm nghìn xưng Diệu Quyết,

[35] Bất kỳ lúc nào cũng lo tu dưỡng bản thân, sẽ hợp cùng Đại Thể vũ trụ, thấy mình là Tất Cả

Âm Phù tam bách ấy Chân Thiên.
Chỉ cần Tâm Lý không một chữ,
Chẳng cứ tham thiền vẫn công phu.

Vô Cấu Tử nói:

Học Đạo tiên tu thức tự Tâm, 学道先须识自心，
Tự Tâm thâm xứ, tối nan tầm. 自心深处最难寻。
Nhược hoàn tầm đáo vô tầm xứ, 若还寻到无寻处，
Phương ngộ Phàm Tâm tức Phật Tâm. 方悟凡心即佛心。
Học Đạo trước tiên phải biết Tâm,
Tự Tâm thâm kín khó mà tầm.
Nếu mà tìm tới Vô tầm xứ,
Sẽ thấy Phàm Tâm giống Phật Tâm.

Tiêu Diêu Ông nói:

Tảo trừ Lục tặc tịnh tâm cơ, 扫除六贼净心基，
Vinh nhục bi hoan sự vật truy. 荣辱悲欢事勿追。
Chuyên khí chí nhu khuy Nội Cảnh, 专炁至柔窥内景，
Tự nhiên thần thất sản Ma Ni. 自然神室产牟尼。
Trừ xong Lục tặc, thấy Tâm Cơ,
Vinh nhục, bi hoan dạ chẳng lo.
Dùng Thần ngự Khí quy Nội Cảnh,
Tự nhiên tâm địa có Ma Ni.

Lộng Phàm Tập nói:

Thiên cơ áo diệu nan khinh thổ, 天机奥妙难轻吐，
Nhan Thị như ngu, Tăng Thị lỗ. 颜氏如愚曾氏鲁。
Vấn cừ hà xứ dụng công phu, 问渠何处用工夫，
Chỉ tại bất văn, dữ bất đổ. 只在不闻与不睹。
Thiên cơ yếu diệu khó nên lời,
Nhan Hồi, Tăng Tử như si ngốc.
Công phu, hỏi họ dùng sao vậy,
Không nghe, không thấy có thế thôi.

Trương Tam Phong nói:

Chân Tâm hạo hạo vô cùng cực, 真心浩浩无穷极，
Vô hạn Thần Tiên tòng lý xuất. 无限神仙从里出。
Thế nhân đam chước tiểu hình hài, 世人耽着小形骸，
Nhất khỏa huyền châu, mê bất thức. 一颗玄珠迷不识。
Vô Cực Chân Tâm chẳng bến bờ,
Muôn vàn Thần Thánh phát sinh ra.
Thế nhân mê mẩn hình hài tạm,
Chân Thể ngọc châu lại bỏ lơ.

Giải Mê Ca nói:

Nhược yếu Chân Tinh vô lậu tiết, 若要真精无漏泄，
Tu tịnh Linh Đài như lãng nguyệt. 须净灵台如朗月。
Linh Đài bất tịnh Thần bất thanh, 灵台不净神不清，
Trú dạ công phu hưu đoạn tuyệt. 昼夜工夫休断绝。
Nếu muốn Chân Tinh không lậu tiết,
Hãy giữ Linh Đài như minh nguyệt.
Linh Đài không sạch, Thần không trong,
Công phu liên tục, đừng đoạn tuyệt.

Bắc Tháp Tộ nói:

Thiết kỵ tùy tha bất hội tha, 切忌随他不会他，
Đại tùy thử ngữ, bá thiên nhai. 大随此语播天涯。
Chân tịnh Tính trung, tài nhất niệm, 真净性中才一念，
Tảo thị thiên sai dữ vạn sai. 早是千差与万差。
Tối kỵ tùy Tâm chẳng biết Tâm,
Chỉ một chữ Tùy bao thế giới.
Chân Tâm thanh tịnh mà khởi niệm,
Sẽ thấy nghìn sai với vạn lầm.

Hoành Xuyên Củng nói:

Duyên thủy vô duyên hội nghịch lưu, 沿水无缘会逆流，
Kiến tha khổ thiết cố tương thù. 见他苦切故相救。
Tây lai tổ ý, thực vô ý, 西来祖意实无意，
Vọng niệm cuồng tâm, hiết tiện hưu. 妄想狂心歇便休。
Dòng nước nương theo, bị ngược dòng,
Thấy người khổ cực cũng thương tâm.
Đạt Ma, Trung thổ vô ý tới,
Vọng niệm, cuồng tâm hãy bỏ dần.

Thảo Đường Thiền Sư nói:

Đoạn tí mịch Tâm, Tâm bất đắc, 断臂觅心心不得，
Mịch Tâm vô đắc, thủy an tâm. 觅心不得始安心。
An tâm hậu dạ, tuyết đình tế, 心安后夜雪庭际，
Mãn mục diêu hoa, vô xứ tầm. 满目瑶花无处寻。
Tuệ Khả cắt tay để tìm Tâm,
Tìm Tâm không được mới an Tâm.
An tâm trong một sân đầy tuyết,
Vọng niệm triệt tiêu khỏi phải tầm.

Phật Quốc Thiền Sư:

Tâm Tâm tức Phật, Phật Tâm Tâm, 心心即佛佛心心，
Phật Phật Tâm Tâm, tức Phật Tâm. 佛佛心心即佛心。

Tâm Phật ngộ lai, vô nhất vật, 心佛悟来无一物，
Tướng quân chỉ khát vọng mai lâm. 将军止渴望梅林。
Tâm Tâm là Phật, Phật là Tâm,
Phật Phật, Tâm Tâm tức Phật Tâm.
Tâm Phật hiểu rồi không gì cả,
Tướng quân đang khát chỉ mai lâm.

Hoa Nghiêm Kinh kệ nói:
Nhược nhân dục thức Phật cảnh giới, 若人欲识佛境界，
Đương tịnh kỳ ý như hư không. 当净其意如虚空。
Viễn ly vọng tưởng, cập chư vật, 远离妄想及诸物，
Lệnh tâm sở hướng giai vô ngại. 令心所向皆无碍。
Con người như muốn tìm cảnh Phật,
Phải tĩnh kỳ ý, như hư không.
Viễn ly vọng tưởng cùng vạn sự,
Cho tâm sở hướng được thong dong.

Bảo Tích Kinh kệ nói:
Chư Phật tòng tâm đắc giải thoát, 诸佛从心得解脱，
Tâm giả thanh tịnh danh vô cấu. 心者清净名无垢。
Ngũ Đạo[36] tiên khiết bất thụ nhiễm, 五道鲜洁不受染，
Hữu giải thử giả thành Đại Đạo. 有解此者成大道。
Chư Phật Tâm không nên giải thoát,
Tâm mà thanh tịnh là Vô Cấu.
Ngũ Đạo tịnh khiết không ô nhiễm,
Người hiểu biết ra thành Đại Đạo[37].

Viên Ngộ Thiền Sư nói:
Phật Phật Đạo đồng, đồng chí đạo, 佛佛道同同至道，
Tâm Tâm chân khế, khế Chân Tâm. 心心真契契真心。
Khuếch nhiên thấu xuất Uy Âm ngoại, 廓然透出威音外，
Địa cửu thiên trường hải cánh thâm. 地久天长海更深。
Phật Phật Đạo đồng, đồng chí đạo,
Tâm Tâm chân khế, khế Chân Tâm.
Chân tâm siêu xuất Uy Âm ngoại,
Địa cửu, Thiên trường biển càng thâm.

Thế Kỳ Thủ Tọa nói:
Chư Pháp không, cố ngã tâm không, 诸法空故我心空，
Ngã Tâm không, cố chư pháp đồng. 我心空故诸法同。
Chư Pháp, ngã Tâm vô biệt thể, 诸法我心无别体，

[36] Địa ngục đạo, Ngạ quỷ đạo, Súc sinh đạo, Nhân đạo, Thiên đạo
[37] Chư Phật nhờ Tâm Không nên giải thoát, Tâm mà thanh tịnh là Vô Cấu, Ngũ Đạo nhờ Ngũ Quan [Nhãn, Thính, Xú, Vị, Xúc] thanh tịnh nên được giải thoát. Hiểu được sẽ thành Đại Đạo

Chỉ tại nhi kim, nhất niệm trung. 只在而今一念中。
Chư Pháp không, nên tâm ta không,
Tâm ta không, nên với Chư Pháp đồng.
Chư Pháp, Ngã Tâm cùng một thể,
Một Thể vì đều: Chính Niệm chung.

Trương Chuyết Tú Tài nói:
Quang minh tịch chiếu biến hà sa, 光明寂照遍河沙，
Phàm thánh nguyên lai cộng nhất gia. 凡圣原来共一家。
Nhất niệm bất sinh, toàn thể hiện, 一念不生全体现，
Lục căn tài động, bị vân già. 六根才动被云遮。
Phật quang lặng chiếu khắp trần ai,
Phàm Thánh xưa nay vốn không hai.
Một niệm chẳng sinh, toàn thể hiện,
Lục căn vừa động bị vân già.

Trung Phong Thiền Sư nói:
Tòng lai chí Đạo dữ Tâm thân, 从来至道与心亲，
Học đáo vô tâm Đạo tức chân. 学到无心道即真。
Tâm đạo hữu vô câu dẫn tuyệt, 心道有无俱泯绝，
Đại thiên thế giới nhất nhàn thân. 大千世界一闲身。
Xưa nay Chí Đạo với Tâm gần,
Học tới vô tâm Đạo mới chân.
Tâm Đạo hữu vô đều mất hết,
Đại Thiên thế giới một thân nhàn.

Trương Vô Mộng nói:
Tâm tại Linh Quan thân hữu chủ, 心在灵关身有主，
Khí quy Nguyên Hải thọ vô cùng. 气归元海寿无穷。
Tâm ở Linh Quan, thân có chủ,
Khí về Nguyên Hải, thọ vô cùng.

Bạch Sa Tiên Sinh nói:
Thiên hưu thiên xứ đắc, 千休千处得，
Nhất niệm nhất sinh trì. 一念一生持。
Vọng niệm không sinh thiên xứ đắc,
Suốt đời chính niệm phải tu trì.

Bành Hạc Lâm nói:
Thần Thất tức thị thử Linh Đài, 神室即是此灵合，
Trung hữu trường sinh bất tử thai. 中有长生不死胎。
Linh Đài, Thần Thất vốn in nhau,
Trong có Kim Đơn, bất tử thai.

Vĩnh Minh Diên Thọ nói:

Hữu niệm tức Sinh Tử, 有念即生死，
Vô niệm tức Niết Bàn. 无念即泥洹。
Có niệm là Sinh Tử,
Không niệm là Niết Bàn.

Hồ Kính Trai nói:

Vô sự thời bất giáo Tâm không, 无事时不教心空，
Hữu sự thời bất giáo Tâm loạn. 有事时不教心乱。
Khi vô sự đừng để Tâm không,
Khi hữu sự đừng khiến Tâm loạn.

Đạo Huyền Cư Sĩ nói:

Nhất xuất tiện thu lai, 一出便收来，
Tức quy tu phóng hạ. 既归须放下。
Nguyên Thần vừa xuất khiếu,
Lập tức phải thu hồi.
Đã về, phải phóng hạ,
Cho nó tĩnh định thôi.

La Niệm Am nói:

Vô dĩ vọng niệm tường Kỳ Tâm, 毋以妄念戕其心，
Vô dĩ Khách Khí thương Nguyên Khí. 毋以客气伤元气。
Đừng cho Vọng Niệm diệt Chân Tâm,
Đừng cho Khách Khí thương Nguyên Khí.

Sa Y Đạo Nhân nói:

Tâm nhược tại Xoang Tử Lý, 心若在腔子里，
Niệm bất xuất Tổng Trì Môn. 念不出总持门。
Tâm chớ ra ngoài Xoang Tử Lý (Đan Điền),
Niệm không nên xuất Tổng Trì Môn (Đan Điền).

Bạch Lạc Thiên nói:

Tự tòng khổ học Không Môn pháp, 自从苦学空门法，
Tiêu tận bình sinh chủng chủng Tâm. 消尽平生种种心。
Vất vả học theo Phật Pháp Môn,
Lục thức trong người tiêu tận hết.

Tịnh Nghiệp Thiền Sư nói:

Động bất vong vu quan chiếu, 动不忘于观照，
Tĩnh bất vong vu chỉ tức. 静不忘于止息。
Hành động không quên quán chiếu Tâm,
Nhàn tĩnh không quên ngưng chỉ tức (ngừng thở).

Thao Quang Tập nói:

Tâm tại thị, niệm diệc tại thị, 心在是念亦在是，
Động như tư, tĩnh diệc như tư. 动如斯静也如斯。
Tâm ở đó, niệm cũng ở đó,
Động như đây, tĩnh cũng như đây. (Chỉ Không tịnh Bản Tâm)

Xung Diệu nói:

Thân bất động, nhi tâm tự an, 身不动而心自安，
Tâm bất động, nhi thần tự thủ. 心不动而神自守。
Thân bất động, Tâm sẽ tự an,
Tâm bất động, Thần sẽ tự thủ.

Từ Vô Cực nói:

Tính tùng thiên xứ khắc tương khứ, 性从偏处克将去，
Tâm tự phóng thời thu thập lai. 心自放时收拾来。
Tính từ Thiên vọng, thắng Bản Chân,
Tâm do tĩnh định, thu thập lại.

Phật Ấn nói:

Nhất niệm động thời giai thị hỏa, 一念动时皆是火，
Vạn duyên tịch xứ, tức sinh Xuân. 万缘寂处即生春。
Một niệm vừa sinh như lửa cháy[38]*,*
Vạn duyên khi lặng sẽ sinh Xuân (Bản Tâm).

Đào Hoằng Cảnh nói:

Tu Tâm yêu tác Trường Sinh Khách, 修心要作长生客，
Luyện Tính đương như Hoạt Tử Nhân. 炼性当如活死人。
Tu Tâm cốt làm Khách Sống Lâu,
Luyện Tính phải như Kẻ Chết Rồi.

Vô Chước Thiền Sư nói:

Minh tức Minh Tâm không tịch, 明即明心空寂，
Kiến tức Kiến Tính vô sinh. 见即见性无生。
Minh là giữ được Tâm không tịch,
Kiến là thấy Tính tựa Hư Vô.

Hoa Nghiêm Kinh viết:

Nhược năng đế quan tâm bất nhị, 若能谛观心不二，
Phương Kiến Tì Lô thanh tĩnh tâm. 方见毗卢清静心。
Nếu nhìn rõ được Tâm Bất Nhị,
Sẽ thấy Tì Lô Thanh Tĩnh Tâm.

[38] Thiêu hủy bản chân

Hoa Nghiêm Kinh tụng viết:

Thủy tòng nhất niệm chung thành kiếp, 始从一念终成劫，
Tất y chúng sinh tâm tưởng sinh. 悉依众生心想生。
Dầu là một niệm sau thành kiếp,
Luân hồi bất quá hư tưởng sinh.

Mã Đơn Dương nói:

Nhược năng thường thủ loan loan khiếu, 若能常守弯弯窍，
Thần tự linh minh, Khí tự sung. 神自灵明气自充。
Nếu ai luôn giữ Linh Đài huyệt,
Thần sẽ Linh minh, Khí sẽ đầy.

Khưu Trường Xuân nói:

Đương thời nhất cú sư biên đắc, 当时一句师边得，
Mặc mặc thùy liêm tử tế khan. 默默垂帘仔细看。
Câu xưa nghe được bên thầy,
Nay ngồi hư tĩnh suy ngay tận tường.

Tuệ Nhật Thiền Sư nói:

Nhất niệm chiếu liễu, nhất niệm chi Bồ Đề dã, 一念照了一念之善提也，
Nhất niệm yến tức, nhất niệm chi Niết Bàn dã, 一念晏息一念之涅槃也。
Một niệm chiếu minh là một niệm Bồ Đề giác ngộ,
Một niệm ngưng hưu, là một niệm Niết Bàn.

Những lời nói trên, đều dạy người thành Tiên, tác Thánh, vào cửa Đạo Đức.

Xưa A Nan chỉ nghe lời Phật mà nhiều năm cũng không thành chính quả. Sau biết tức tâm nội quan quán chiếu, mới hay vạn vật vẫn vô sinh, vô diệt, vô hữu, vô vô, mà đắc thành chính quả.

Cái Tâm của kẻ phàm phu, suốt ngày phóng ngoại, càng xa càng xoay lưng lại với Thiên Chân. Chỉ có kẻ biết hồi quang quán chiếu, mới biết kiểm tình, nhiếp niệm.

Thu nhiếp được niệm mới an tâm. An tâm, thần mới dưỡng. Thần dưỡng, Tính mới quy.

Nên Ngụy Bá Dương nói: Kim lai qui Tính sơ, Nãi đắc xưng hoàn đơn[39].

Ôi!

Luyện khoáng thành kim đắc bảo trân. 炼矿成金得宝珍，
Luyện Tình quy Tính hợp Thiên Chân. 炼情归性合天真。
Tương phùng thử lý giao đàm giả, 相逢此理交谈者,
Thiên vạn nhân trung vô nhất nhân. 千万人中无一人。
Luyện khoáng thành kim được bửu châu,
Luyện Tình qui Tính được Thiên Chân.
Gặp người đồng điệu mà bàn bạc,
Trăm vạn con người cũng khó tầm.

[39] Khi đã nhiếp tình, qui Tính được rồi, khi Thần Khí đã dung hợp rồi, sẽ sinh Hoàn Đơn hay Kim Đơn, Nội Đơn

洗心退藏圖

艮其背不獲其身

紅紅白白水中蓮
出污泥中色轉鮮
莖直藕空蓬又實
修行妙理恰如然

道乃天地心
愚痴不解尋
破腰要縫補
須用水魔針

行其庭不見其人

一條直路少人尋
尋到山根水入門
坐定更知行氣生
真人之息自深深

聖人以此洗心退藏於密

時時溉灌常教玉
樹氣歸根
日日栽培不使金
華精脫蒂

聖人以此齋戒神明其德

不是玄門消息深
高山流水少知音
若能尋著來時路
赤子依然混沌心

TẨY TÂM THOÁI TÀNG ĐỒ - 洗心退藏图

(Nội dung trong đồ hình)

Cấn kỳ bối bất hoạch kỳ thân, 艮其背不获其身
Thánh nhân dĩ thử tẩy Tâm thoái tàng ư mật. 圣人以此洗心退藏於密
Cấn là dừng lại sau lưng,
Dừng nơi chí thiện, quên thân, quên người.
Thánh Nhân cố giữ lòng thanh,
Lui về ẩn đáy lòng mình mới thôi.

Hành kỳ đình bất kiến kỳ nhân, 行其庭不见其人
Thánh nhân dĩ thử trai giới, thần minh kỳ đức. 圣人以此斋戒神明其德
Bản thân mà đã quên rồi,
Trong sân đi lại, quên người, lỗi chi.
Thánh nhân, trai giới, thảnh thơi,
Cho lòng chiếu diệu, sáng ngời Thần Minh.

Hồng hồng bạch bạch, thủy chung liên, 红红白白水中莲
Xuất ô nê trung, sắc chuyển tiên. 出污泥中色转鲜
Hành trực, ngẫu không, bồng hựu thiệt, 茎直藕空蓬又实
Tu hành diệu lý hấp như nhiên. 修行妙理恰如然
Hồng hồng, bạch bạch, sen trong nước,
Mọc tự bùn nhơ, sắc chuyển tươi.
Thân thẳng, ngẫu không, hạt lại chắc,
Tu hành diệu lý cũng thế thôi.

Nhất điều trực lộ, thiểu nhân tầm, 一条直路少人寻
Tầm đáo sơn căn thủy nhập môn. 寻到山根水入门
Tọa định cánh tri hành khí sinh, 坐定更知行气生
Chân nhân chi tức tự thâm thâm, 真人之息自深深
Một con đường nhỏ ít người tìm,
Tìm tới sơn căn mới nhập môn.
Tọa định, lại hay hành Khí nữa.
Hơi thở thánh nhân rất nhẹ nhàng.

Đạo nãi Thiên Địa tâm, 道乃天地心
Ngu si bất giải tầm. 愚痴不解寻
Phá yêu yêu phùng bổ, 破腰要缝补
Tu dụng thủy ma châm. 须用水魔针
Đạo ấy Thiên Địa tâm,
Người ngu không biết tầm.
Áo rách cần vá lại,
Vá dùng Chính Niệm tâm.

Thời thời khái quán (tu luyện), thường giáo ngọc thụ (thân), Khí hồi căn (qui đan điền).

时时溉灌常教玉树气归根

Nhật nhật tài bồi (tu luyện), bất sử Kim Hoa (nguyên thần) tinh thoát đế (chạy ra khỏi Đan điền).

日日栽培不使金华精脱蒂

Thường xuyên tu luyện, khiến cho Nguyên khí quy căn.
Ngày ngày tu luyện, khiến cho Nguyên Thần không lìa cội.

Bất thị Huyền Môn[40] tiêu tức thâm, 不是玄门消息深
Cao sơn, lưu thủy thiểu tri âm. 高山流水少知音
Nhược năng tầm trước lai thời lộ[41], 若能寻著来时路
Xích tử[42] y nhiên hỗn độn tâm[43]. 赤子依然混沌心

Không phải đường tu khó tìm vào,
Cao sơn, lưu thủy vắng tri giao.
Nếu biết Khí Thần khi sơ phát,
Bản Tâm sẽ thấy khó chi nào.

Các chữ ghi trong hình vẽ: Tề 脐 (rốn), Sinh môn 生门 (đan điền), Mệnh môn 命门 (ngay dưới rốn), Ngọc đường quan 玉堂关 (phế), Mật hộ 密户 (thận), U môn 幽门 (lưỡng thận chi gian - tức đan điền).

Phép Tẩy tâm thoái tàng ư mật liên quan nhiều với các huyệt, các cơ quan trên.

[40] Tu Đạo chi môn
[41] Chỉ Khí Thần bản sơ trạng thái
[42] Tâm Thần
[43] Tức Bản Tâm nguyên sơ

THOÁI TÀNG MỘC DỤC CÔNG PHU
退藏沐浴工夫

Dịch kinh có câu: Tẩy tâm thoái tàng ư mật. Các vị Thần Tiên đời Đường, đời Tống gọi là Phép Mộc Dục (tắm rửa). Trong thời cận đại gọi là phép Cấn Bối. Tất cả đều là Đạo lý này, là diệu Khiếu này.

Nguyên là vì: Tâm thuộc Hỏa mà ẩn tàng trong Thủy của Lưng (Đốc mạch). Đó là ý nghĩa của Tẩy (rửa). Tâm ở phía trước mà ẩn tàng nơi sau lưng đó là nghĩa của Thoái (lui).

Cho nên kẻ sĩ sơ cơ, phải hàng phục cái Tâm, và câu thúc nó hết sức cẩn thận, để tránh cái nạn Hỏa viêm phiền táo. Cho nên tạm thời đem Tâm Hỏa từ phương Nam mà tàng trữ ở Bối Thủy phương Bắc.

Thủy Hỏa hỗ tương giao dưỡng, tự nhiên niệm lự bất sinh. Tức như Bạch Ngọc Thiềm nói: Tẩy Tâm địch lự vi mộc dục 洗心涤虑为沐浴 (*Mộc dục là Tẩy Tâm, là rửa sạch niệm lự*)

Nhưng Mộc Dục tuy là phép tẩy Tâm, Cấn Bối tuy là công phu Chỉ Niệm, hai lý đó đều là đúng, nhưng chưa đạt đến thực tế.

Công phu hướng thượng đó, ngàn thánh cho là bí mật, nên chẳng truyền. Do đó hậu thế ít người gặp, ít kẻ nghe. Ai hiểu được khiếu này, có thể đoạt Thần công, cải Thiên mệnh.

Cổ tiên nói:

Giáp Tích song quan, thấu Đỉnh Môn[44] 夹脊双关透顶门，
Tu hành kính lộ, thử vi tôn. 修行径路此为尊。
Xương sống hai đường tới Vĩ Lư,
Tu hành đường tắt ấy nên ghi.

Đường đó trên thông Thiên Cốc (Nê Hoàn cung), dưới đạt Vĩ Lư, giữa thông Tâm Thận. Nó thu nhiếp Linh Dương, cứu hộ Mệnh Bảo, đó chẳng phải là đường tắt để tu hành sao?

Con người ta khi chưa có Thân, đã có Hơi Thở. Thân này chưa diệt, thì Hơi Thở đã bị diệt rồi. Đó chẳng phải là Tu Hành Chính Lộ sao?

Nguyên lúc ban đầu, con người ở trong bào thai, theo sự hô hấp của mẹ, rồi thụ khí mà thành. Sự hô hấp đó liên quan đến cơ thể người mẹ, lần lần thổi, lần lần mở. Trong rỗng như ống quản, thông khí qua lại. Trực thông với rốn, sau thông với Thận. Trên thông với Giáp Tích đến Nê Hoàn. Đến Sơn Căn thì sinh ra hai khiếu. Từ hai khiếu đó đến Chuẩn Đầu (cuối mũi) thì sinh ra hai lỗ mũi, gọi là Tị Tổ.

Lúc này Khí của con thông với Khí của mẹ. Khí của mẹ thông với Khí của Trời Đất. Khí Trời Đất thông với Khí Thái Hư. Khiếu khiếu thông nhau, mà không cách ngại.

Cho đến khi Khí Số mãn túc, xé bào thai mà ra, cắt đứt cuống rốn, la lên một tiếng, một điểm nguyên dương rơi xuống nơi Lập Mệnh. Từ đó là Hậu Thiên dụng sự, tuy vẫn hô hấp vãng lai, nhưng vẫn tương thông với Nguyên Thủy Tổ Khí. Con người từ trẻ đến già, không một hơi thở nào ngừng trong đó. Tam giới phàm phu, đều bị trần sinh trần diệt, vạn tử vạn sinh, chỉ vì không tìm ra được con đường trở về mà thôi.

Đức Thái Thượng lập phép, dạy người tu luyện trường sinh, tức là dạy cách đoạt Thiên Địa chi Chính Khí. Con người sở dĩ đoạt được Thiên Địa Chính Khí, chính là nhờ có hai lỗ mũi để hô hấp. Hô là Nguyên Khí trong người thở ra, hấp là Chính Khí Thiên Địa từ ngoài mà vào. Con người nếu có căn nguyên kiên cố, trong khi hô hấp có thể đoạt được Thiên Địa Chính Khí để mà trường thọ. Nếu mà con người có căn nguyên không vững chắc, thì khi Hô, Chính Khí cuả Trời Đất đã hít vào, sẽ theo Hô mà ra. Nguyên Khí trong thân ta, chẳng phải là của ta, mà ngược lại sẽ bị trời đất cướp đi.

Tại sao vậy? Vì hô hấp không có cửa mà vào.

---

[44] Thượng Đan Điền

Đã là thường nhân, thì hô hấp đều từ Yết Hầu xuống đến huyệt Trung Quản, rồi lại quay lại, không liên lạc được với Tổ Khí. Y như con cá khi uống nước, thì phùng mang há miệng. Tức như Trang Tử nói: Chúng nhân chi tức dĩ hầu 众人之息以喉 (*Chúng nhân thở bằng yết hầu*).

Còn thánh nhân, chí nhân hô hấp thì trên thông Minh Đường (giữa trán), dưới thông Giáp Tích, vào tới Mệnh Môn, thông với Tổ Khí, như nam châm hút sắt, đồng loại tương thân, tức như Trang Tử nói: Chân nhân chi tức dĩ chủng 真人之息以踵. *Chủng ở đây nghĩa là hơi thở thâm thâm. Khi hơi thở đã thâm thâm, thì Mệnh là ở ta, không bị lò trời nung nấu.*

Con người ngày nay, có phép Điều Tức, Sổ Tức, Ức Tức, Bế Tức, toàn là chuyện gãi ngứa ngoài giày, không vào được Huyền Khiếu. Khi Khiếu này ngưng hoạt động; thì sinh ra lưỡng thận, rồi sinh ra tim. Thận như Ngẫu Sen, Tâm như Hương Sen. Cành sen thì rỗng giữa, bên ngoài thì Trụ Địa, Chưởng Thiên.

Tâm thận cách nhau 8 tấc 4 phân, ở giữa thừa 1 tấc 2 phân, gọi là Xoang Tử Lý. Đó là đường Vãng Lai của Tâm Thận, là làng của Thủy Hỏa ký tế.

Muốn thông Khiếu này, phải chú ý vào Sơn Căn (chỗ mũi giữa hai lông mày), thì khí Hô Hấp sẽ thổi qua Giáp Tích, thấu đến Hỗn Nguyên, và vào thẳng Mệnh Phủ, lúc ấy mẹ con mới sum họp lại, gương vỡ lại lành, lần lần khuếch sung, và căn bản sẽ được kiên cố, lúc ấy mới nói chuyện tu luyện được.

Bàn: Liễu Chân Tử nói: Dục điểm thường minh đăng (trường sinh bất lão), Đương dụng Thiêm Du Pháp (phép Mộc Dục) 欲点常明灯, 当用添油法。(*Muốn đốt sáng đèn trường thọ, phải dùng phép Tẩy Tâm.*)

Doãn Chân Nhân nói: Hàm dưỡng bản nguyên vi tiên, cứu hộ Mệnh Bảo vi cấp. 涵养本原为先, 救护命宝为急。(*Trước hết, phải lo hàm dưỡng bản nguyên, phải cấp bách lo cứu hộ Mệnh Bảo*)

Lại nói: Nhất tức thượng tồn, giai khả phục Mệnh. 一息尚存, 皆可复命。(*Còn một hơi thở vẫn phục mệnh được.*)

Nếu người biết phép Thiêm Du, để tiếp nối cho đèn gần hết dầu được sáng lại, tức là làm cho hồn sống lại, ví như làm cho cây khô trở nên thịnh mậu. Cho nên nói: Du can đăng diệt, khí tuyệt thân vong. 油千灯灭, 气绝身亡。(*Dầu khan thì lửa tắt, khí tuyệt thì người chết*).

Nếu không có Khiếu này, thì không thể Thiêm Du, nếu không Thiêm Du, thì lấy gì tiếp Mạng. Mạng chẳng tiếp, thì Tính không trụ. Tính không trụ, mà hốt nhiên Quỷ Vô Thường đến, thì Hồn ríu rít đi theo. Cho nên Lữ Công nói: Sắc tinh, nghi cập tảo, Tiếp Mệnh, mạc giáo trì. 啬精宜及早, 接命莫教迟。(*Phải luyến tiếc Tinh Khí từ sớm; công phu tiếp Mệnh, không nên trễ.*).

Quả nhiên, tiếp được mạng thì trường sinh, không tiếp được mạng thì yểu tử. Vì con người bẩm thụ khí số có hạn, nếu không biết bảo dưỡng, tức là tự bạo, tự khí. Bạch Ngọc Thiềm nói:

Chiêu thương mộ tổn, mê bất tri,	朝伤暮损迷不知，
Tán loạn tinh thần vô sở cứ.	丧乱精神无所据；
Tế tế tiêu ma, tiệm tiệm suy,	细细消磨渐渐衰，
Hao kiệt Nguyên Hòa, thần nãi khứ.	耗竭元和神乃去。

Hao tổn Nguyên Tinh mê không biết,
Tinh thần tán loạn mà chẳng hay.
Tiêu ma, suy kiệt dần dần mãi,
Nguyên Hòa hao kiệt, Thần sẽ đi.

Cơ mở đóng mà đình, thì khí hô hấp cũng đoạn. Ô hô! Sinh tử mau như vậy, sao người không sớm hồi tâm, hồi đạo?

Huống chi, công phu này rất giản dị: Bất kỳ là Đi, Đứng, Nằm, Ngồi, lúc nào cũng có thể tu luyện. Nếu lúc nào cũng tu luyện bản tâm, đem nó về giấu ở xương sống lưng (Giáp Tích), thì Thiên Địa Chính Khí có thể tiến lên giao tiếp với Hỗn Nguyên Chân Tinh con người ngưng kết tại Đan Điền, để siêu sinh. Vả chăng Thiên Địa Chính Khí thì vô nhai, để nối tiếp cho cái hình hài hữu hạn của con người. Như vậy chẳng phải dễ sao?

Học giả chỉ cần nhận định khiếu đó, giữ kỹ không lìa, lâu dần sẽ thuần thục, thì bên trong sẽ rực rỡ sáng láng, như trăng dưới nước, tự nhiên tà hỏa sẽ tiêu tan, tạp lự cũng biến mất. Tâm động sẽ bị hàng phục, vọng niệm sẽ dứt. Vọng niệm đã dứt, thì Chân tức tự hiện. Chân niệm vốn vô niệm. Tức vô, thời Mệnh căn vững chắc, Niệm vô thời Tính thể hằng tồn. Tính tồn, Mệnh cố thời Thức, Mệnh đều tiêu. Đó là bước đầu của Tính Mệnh song tu vậy.

Ôi! Con người như cây không rễ, toàn nương khí tức làm gốc rễ. Một hơi thở không trở lại, thì Mạng chẳng còn phải của ta. Cho nên muốn tu trường sinh, phải biết cố khí. Khí mà bền thì Nguyên Khí trong con người không tùy Hô mà ra, Thiên Địa Chân Khí luôn tùy Hấp mà vào. Lâu ngày, Thai tức sẽ định, Ngân Ngạc thành, thế là trường sinh có lối vậy.

Đoạn này với Tiết ba: Trập tàng khí huyệt phải xem chung với nhau

*

* *

Lời bàn của Dịch giả:

Chương này bàn về cách Hô Hấp. Doãn Chân Nhân phân biệt hai thứ hô hấp thánh phàm. Thường Nhân thở thì gọi là Phàm Tức, Thánh Nhân thở thì gọi là Chân Tức. Doãn Chân Nhân nhắc lại sự phân biệt của Trang Tử: *Chân nhân chi tức dĩ chủng, chúng nhân chi tức dĩ hầu*. Chúng nhân thở nông cạn; thánh nhân thở thâm sâu. Chúng nhân thở nặng nề. Thánh nhân thở nhẹ nhàng.

Chương này thật là khó hiểu, *ta phải bỏ ra một đời mới hiểu được cách thở của Thánh Nhân*[45]. Có thể nói, Thánh Nhân thở qua Nhâm Đốc, Âm Kiều, Nê Hoàn. Thường nhân thở qua phổi. Đạo Lão xưa có nói: Phàm Tức đình, nhi Chân Tức hiện.

Tác giả *Tính Mệnh Khuê Chỉ*, người dịch sách này ra Bạch Thoại tỏ ra cũng rành về Phép Hít Thở xưa, và câu: *Hậu thiên đích khẩu tị chi hô hấp dĩ đình chỉ*, nó cũng giống câu của Huỳnh Nguyên Cát: *Phàm tức đình nhi Chân tức hiện*. Tôi không bàn thêm.

Chủng tức: *Hô hấp đắc thần vi chủ tể thời, kỳ tức vị chi chủng tức (Chủng tức là hô hấp có thần)*. Hàm Hư Từ nói: *Chung dã giả, tương tiếp bất đoạn, miên miên nhược tồn dã (Chúng tức là thở đều đặn, liên tục)*.

Tính Mệnh Khuê Chỉ giải Chủng tức là: *Hô hấp cực thâm* (Xem tr.167).

---

[45] Theo tôi, đoạn này dạy về hô hấp cũng chưa rõ ràng. Tôi xin giới thiệu mấy tài liệu nên đọc:

- *Trung Quốc Khí Công đại thành*, Phương Xuân Dương, Cát Lâm khoa học xuất bản xã, 1999
- *Lạc Dục Đường ngữ lục*, Huỳnh Nguyên Cát, Chân Thiện Mỹ xuất bản, Dân Quốc năm 25
- *Huỳnh Đình Kinh*, Nguyễn Văn Thọ, chương 20, luận về Hô Hấp Chân Khí, chưa xuất bản

Bản thân tôi nói về Khí công không có giỏi, nên không dám bàn thêm nhiều. Quý vị học giả sau này nên bỏ ra chừng ít năm để học về khoa này. Có thể Khí công hay Luyện đan ngày nay đã thất truyền. Tôi chưa thấy ai trình bày cho rõ ràng mạch lạc. Bài tôi đóng góp trong Huỳnh Đình Kinh kể là khá rõ, nhưng chưa đầy đủ. Mong sau này sẽ có ai đóng góp vấn đề khó khăn này cho nhân loại.

玉液煉形圖

小小壺中別有天鐵牛耕地種金蓮
這般寶物家家有因甚時人不學仙

妙用如江河
周流無窮已
長養玄谷芝
灌溉瑤池水

煉液如泉曾有訣安心是藥更無方
積氣開關通大道一渠流轉入瓊漿

NGỌC DỊCH LUYỆN HÌNH ĐỒ - 玉液炼形图

(Nội dung trong đồ hình)

Tiểu Tiểu hồ trung[46] biệt hữu Thiên, 小小壶中别有天
Thiết ngưu canh địa chủng kim liên[47]. 铁牛耕地种金莲
Giá ban bảo vật gia gia hữu, 这般宝物家家有
Nhân thậm thời nhân bất học Tiên. 因甚时人不学仙
Tại Tiểu hồ trung có trời riêng,
Ruộng dùng trâu sắt, trồng Kim Liên.
Kim Liên giống ấy, nhà nhà có,
Con người sao chẳng học làm Tiên?

Diệu dụng như giang hà, 妙用如江河
Chu lưu vô cùng dĩ. 周流无穷已
Trường dưỡng Huyền Cốc[48] chi, 长养玄谷芝
Quán khái Dao Trì[49] thủy. 灌溉瑶池水
Diệu dụng như giang hà,
Chảy trôi vô cùng dĩ.
Dưỡng nuôi Huyền Cốc chi,
Tưới tắm nước Giao Trì?

Luyện dịch như tuyền, tằng hữu quyết, 炼液如泉曾有诀
An tâm, thị dược cánh vô phương. 安心是药更无方
Tích khí khai quan[50] thông Đại Đạo, 积气开关通大道
Nhất cừ lưu chuyển, nhập Quỳnh Tương[51]. 一渠流转入琼浆
Nước bọt tuôn trào vốn đã nghe,
An tâm là thuốc, không chi khác.
Tích khí sẽ thông tuông Mạch Đốc,
Ngòi lạch thông rồi nhập Quỳnh Tương?

---

[46] Nê Hoàn cung, Đan Điền
[47] Nguyên khí
[48] Đan Điền
[49] Nê Hoàn cung
[50] Khí thông Đốc mạch
[51] Tân dịch trong miệng

NGỌC DỊCH LUYỆN HÌNH PHÁP TẮC

玉液炼形法则

Người sơ học làm việc vất vả, bỗng nhiên vào được nơi Tĩnh Định Hư Không, tự nhiên cơ thể được nghỉ ngơi, cho nên tứ chi không vận động. Không vận động nên cốt tiết không được thông sướng, đến điều mạch lạc bị úng tắc, khí huyết bị ngưng trệ. Vì thế cần phải đề cập đến phép Thông Quan, Lọc Uế.

Phép này sử dụng đến Hành Khí Chủ Tể, là khiếu Huyền Ưng[52], khiếu này thông khí quản. Vì thế Huỳnh Đình kinh nói: Huyền Ưng khí quản thụ tinh phù 玄膺气管受精符。

Giây phút thì tinh dịch ra đầy miệng, như nước giếng. Nhẹ nhàng súc miệng vài lần, rồi từ từ dùng Chân Khí dẫn xuống Trùng Lâu (cổ họng), rồi tới Đản Trung (giữa hai vú), Cửu Vĩ, Trung Quản, Thần Khuyết (rốn), đến huyệt Khí Hải thì thời ngừng.

Rồi từ Khí Hải chia làm hai đường, đi xuống hai vế đùi. Rồi từ đầu gối xuống huyệt Túc Tam Lý, xuống phía sau bắp chân, tới ngón chân cái. Rồi chuyển nhập vào huyệt Dũng Tuyền, theo gót chân trở lên đùi rồi tới huyệt Vĩ Lư, hợp làm một chỗ. Qua Thận Đường, Giáp Tích, phân tống ra hai vai, hai cánh tay, đến lưng bàn tay. Rồi từ ngón tay giữa chuyển vào lòng bàn tay, và cùng một lượt triển hồi qua cùi tay, rồi từ bên trong cánh tay dẫn lên đỉnh đầu. Rồi lần xuống Minh Đường, xuống cửa, lấy lưỡi mà đón, đến khiếu Huyền Ưng thì ngừng. Đó là đủ một vòng.

Dừng nơi đó một chút, rồi lại làm như cũ. Như vậy sẽ thông suốt kinh mạch, và các khiếu cũng sẽ thông. Tâm Ấn Kinh có nói: Thất khiếu[53] tương thông, khiếu khiếu quang minh 七窍相通, 窍窍光明 (*Thất khiếu tương thông, khiếu khiếu sáng láng*).

Trong thân người có một khiếu Linh minh (Tâm, đan điền), trong trời đất, hay ngoài trời đất trước sau vẫn là một, luôn luôn sáng soi. Sáng soi không được là vì có hình hài. Nếu tu luyện mà Hình Thần câu diệu, thì sẽ trở lại Dữ Đạo Hợp Chân.

Hành Khí phải dùng mắt. Tại sao? Vì Thi Kiên Ngô nói:

Khí thị thiêm niên dược,	气是添年药，
Tâm vi sử Khí Thần,	心为使气神；
Nhược tri hành khí chủ,	若知行气主，
Tiện thị đắc tiên nhân.	便是得仙人。

Khí là thuốc tăng thọ,
Tâm điều khiển Khí Thần,
Nếu ai biết Hành Khí,
Người đó chính Tiên Nhân.

Người xưa nói: Mục chi sở chí, tâm diệc chí yên, Tâm chi sở chí, khí diệc chí yên 目之所至, 心亦至焉。心之所至, 气亦至焉。(*Mắt đến đâu thì Tâm đến đó. Tâm đến đâu thì Khí đến đó.*)

Luyện hình phải dùng tân dịch. Tại sao? Đạo gia gọi là: Đãng uế. Ngọc dịch là Tân, Ngọc trì là Khẩu. Huỳnh Đình nội cảnh viết:

Khẩu vi Ngọc Trì, Thái Hòa quan.	口为玉池太和官，
Thấu yết linh dịch, tai bất can,	漱咽灵液灾不干，
Thể sinh quang hoa, khí hương lan,	体生光华炁香蘭，
Kiếp diệt bách tà, ngọc dịch nhan,	却灭百邪玉液颜。

[52] Khiếu Huyền Ưng ở dưới lưỡi, và ở giữa yết hầu, nó thông tân dịch
[53] Nhãn, nhĩ, tị, khẩu là Thất Khiếu

Thẩm năng tu chi đăng Quảng Hàn. 审能修之登广塞。

Miệng là Ngọc Trì, Thái Hòa quan,
Biết nuốt Linh dịch, bệnh tai an,
Thân thể quang hoa, hơi thơm phức,
Trừ diệt bách tà, diệt dung nhan,
Biết tu phép này, lên Quảng Hàn.

Bởi vì trong Dịch (nước bọt) có Khí, trong Khí có Dịch. Dịch Khí sinh ra lẫn nhau, càng ngày càng thịnh.

Cơ sở Tân Dịch là thuốc báu cho thân thể. Huống chi Tân Dịch, có thể Xuyên Quan, Thấu Tiết, không nơi nào mà không đến. Xưa có bài ca:

Hoa trì thần thủy, tần thôn yết, 华池神水频吞咽，
Tử Phủ[54] Nguyên Quân[55] trực thượng bôn, 紫府元君直上奔，
Thường sử khí thông quan tiết thấu, 常使气通关节透，
Tự nhiên tinh mãn Cốc Thần[56] tồn. 自然精满谷神存。

Nếu mà nước bọt thường hay nuốt,
Tử Phủ Nguyên Quân sẽ đi lên.
Sao cho cốt tiết được thông thấu,
Tự nhiên tinh mãn, Cốc Thần tồn.

Và Huyền Quan nhất khiếu là biển Tinh Dịch, là nguồn sinh hóa, tầm rưới khắp thân, đều gốc ở đó.

Cho nên đức Thái Thượng nói:

Thiệt hạ Huyền Ưng sinh tử ngạn, 舌下玄膺生死岸，
Tử nhược ngộ chi thăng thiên hán. 子若遇之升天汉。

Huyền Ưng dưới lưỡi, sinh tử ngạn,
Nếu hiểu biết ra, thăng thiên hán.

Pháp Hoa Kinh luận nói:

Bạch Ngọc xỉ biên lưu Xá Lợi (tân dịch) 白玉齿边流舍利，
Hồng Liên thiệt thượng phóng hào quang. 红莲舌上放毫光，
Hầu trung Cam Lộ quyên quyên nhuận, 喉中甘露涓涓润，
Tâm nội đề hồ (nước bọt) trích trích lương. 心内醍醐滴滴凉。

Bên răng Bạch Ngọc, lưu tân dịch,
Trên lưỡi, sen hồng phóng hào quang.
Trong hầu, Cam Lộ từng nhỏ giọt,
Tâm nội Đề Hồ trích trích lương.

Đó là Phép Tiểu Ngọc Dịch luyện hình.

Khổng khiếu trong người là cốt để thông Hư Không, làm cho Khí thông sướng, chu lưu trong thân thể. Nếu bị bế tắc, sẽ bị ứ đàm, bị úng huyết, làm cho kinh mạch trong người chẳng lưu thông, sinh ra bệnh tật. Nếu dùng phép này, ngày bốn năm lần, thì khí huyết sẽ lưu thông,

[54] Thượng Đan Điền
[55] Nguyên Thần
[56] Nguyên Thần, Nguyên Tính

bách mạch sẽ hòa sướng, và bệnh sẽ hết. Nó cùng với phép Thoái tàng cứu hộ là hai mặt trong ngoài, không tương phản lẫn nhau.

Hàm Dưỡng Bản Nguyên tuy là khử Tình Thức, nhưng thật ra là trừ Sinh Diệt Tâm. Tâm mà không sinh diệt, thì Thân cũng không sinh diệt, chắc là như vậy.

Muốn trừ Sinh Diệt Tâm, phải bắt đầu bằng Vô Niệm. Khi đã tập được Vô Niệm cho thuần thục, tức là sẽ không còn Mộng.

Khi đã Tĩnh Định, đã Vô Niệm, thì sẽ đạt tới Vô Sinh. Vô Mộng là đại sự bây giờ, Vô Niệm là đại sự về sau. Vô Sinh sẽ Vô Tạo, Vô Mộng sẽ Bất Hóa. Bất Tạo, Bất Hóa tức Bất Sinh, Bất Diệt.

Người học Đạo, không sợ không thành, mà sợ không chuyên cần. Nếu lập chí không kiên, tin đạo không vững, sáng làm, chiều đổi. Mới thì chuyên cần mà cuối thì chểnh mảng, mới đầu thì thích, nhưng lâu sau lại chán nản. Thế mà muốn thọ cùng trời đất, thì chẳng khó hay sao?

Sách Nội Quan viết: Biết Đạo thì dễ, tin Đạo thì khó. Tin Đạo thì dễ nhưng hành Đạo khó.

Hành Đạo dễ, đắc Đạo khó. Đắc Đạo dễ, trì thủ được Đạo khó. Nếu không khó, thì Thần Tiên đầy chợ, có gì lạ đâu?

Bởi vì tu Đạo, y như nông phu diệt cỏ. Phải diệt tận gốc thì Thiên Chân chủng tử trong ta tự nhiên phát sinh vậy. Huống chi một chữ Pháp Môn này, từ đầu đến cuối thật dễ làm, thật dễ nghiệm. Dùng nó sơ sơ, có thể tăng tuổi, trừ bệnh, dùng nó đến nơi, đến chốn, sẽ Siêu Phàm, Nhập Thánh. Tùy ở chỗ người tu sĩ dụng công nhiều ít mà thôi.

安神祖竅圖

儒而聖道而玄釋而禪而妙用總持都歸一貫

天地靈根 不動道場 玄牝之門 不二法門 真主人
元始祖氣 至善之地 呼吸之根 甚深法界 自然體

如如不動空中住無生無滅無來處
聖師曾向我可寧此是孔顏真極處

一靈妙有法界圓通
離種種邊允執厥中

這個竅
絕中邊
無內外
上下園
東西合
南北全
會此意
便成仙

藏心於淵美厥靈根
中理五氣混合百神

性蔽淵源學失真异端投隙害彌深
摧原氣禀由無極祇此一圖傳聖心

黑白相符 先天地生 黃中通理 虛無之谷 蓬萊島
造化泉窟 宇宙主宰 既濟鼎器 凝結之所 衆妙門

上而天中而人下而地而化機參兩豈外中虛

捨利子 極樂國 法王城 玄關 空中 真土 把柄 黃庭

真一處 戊己門

祖氣穴 西南鄉 坎離交媾之鄉 總持門 混沌竅 千變萬化之祖

西方 這個 黃婆 中黃 淨土 華光藏 歸根竅 復命關 守一壇 希夷府

生子不相關之地 鬼神窺不破之機 如意珠 虛空藏 懸胎鼎 寂滅海

AN THẦN TỔ KHIẾU ĐỒ - 安神祖窍图,
(Nội dung trong đồ hình)

Nho nhi Thánh, Đạo nhi Huyền, Thích nhi Thiền, nhi Diệu Dụng tổng trì đô quy Nhất quán.

儒而圣道而玄, 释而禅而妙用总持都归一贯

Nho mà Thánh, Đạo mà Huyền, Thích mà Thiền, cái diệu dụng ấy chung qui đều là Nhất Trí.

Thượng nhi Thiên, Trung nhi Nhân, Hạ nhi Địa, nhi hóa cơ tham lưỡng, khởi ngoại Trung Hư.

上而天中而人下而地而化机参两岂外中虚

Trên mà Trời, Giữa mà Người, Dưới mà Đất, cái hóa cơ đại trí ấy, không ngoài hai chữ Trung Hư.

Như như[57] bất động[58] không trung trụ, 如如不动空中住
Vô sinh, vô diệt, vô lai khứ. 无生无灭无来去
Thánh sư tằng hướng ngã khả ninh, 圣师曾向我可宁
Thử thị Khổng, Nhan chân lạc xứ. 此是孔颜真极处
Một điểm Như Như giữa Không Trung,
Không sinh, không diệt, không lai khứ.
Tiên thánh dạy ta, rất rõ ràng,
Ấy nơi an lạc của Khổng, Nhan.

Tính tế uyên nguyên học thất chân, 性蔽渊源学失真
Dị đoan đầu khích, hại di thâm. 异端投隙害弥深
Suy nguyên khí bẩm do Vô Cực, 摧原气禀由无极
Chỉ thử nhất đồ truyền Thánh Tâm. 只此一图传圣心
Tính bị dấu che, học thất truyền,
Dị đoan vào lọt, hại càng sâu.
Suy ra Khí bẩm từ Vô Cực,
Lấy họa bản này, truyền Thánh Tâm.

Nhất Linh[59] diệu hữu Pháp Giới[60] viên thông, 一灵妙有法界圆通
Ly chủng chủng biên, doãn chấp quyết Trung. 离种种边允执厥中
Tàng Tâm ư uyên, mỹ quyết Linh Căn, 藏心於渊美厥灵根
Trung lý ngũ khí, hỗn hợp bách thần. 中理五气混合百神
Biết được Nguyên Thần sẽ thông Phật pháp,
Chớ ở biên khu, hãy trở về Trung.
Tâm trở về Nguồn, Căn Cơ đẹp đẽ,
Trung điều Ngũ Khí, Hỗn hợp Bách Thần.

---

[57] Chân Như thường tại
[58] Viên dung không ngưng trệ
[59] Nguyên thần
[60] Phật pháp

Giá cá Khiếu[61], Tuyệt Trung Biên, 这个窍绝中边
Vô nội ngoại, thượng hạ viên. 无内外上下园
Đông Tây hợp, Nam Bắc toàn, 东西合南北全
Hội thử ý, tiện thành Tiên. 会此意便成仙
Cái khiếu ấy, không Trung Biên,
Không trong ngoài, trên dưới tròn.
Hợp Đông Tây, kiêm Nam Bắc,
Hiểu ý đó, sẽ thành Tiên.

Thiên địa Linh Căn 天地灵根
Nguyên Thủy Tổ Khí 元始祖气
Bất động Đạo tràng 不动道场
Chí Thiện chi địa 至善之地
Huyền Tẫn chi môn 玄牝之门
Hô Hấp chi căn 呼吸之根
Bất Nhị Pháp Môn 不二法门
Thậm thâm Pháp Giới 甚深法界
Chân Chủ Nhân 真主人
Tự Nhiên Thể 自然体
Xá Lợi Tử 舍利子
Cực Lạc Quốc 极乐国
Chân Nhất xứ 真一处
Mậu Kỷ môn 戊己门
Tổ Khí huyệt 祖气穴
Tây Nam hương 西南乡
Hỗn độn khiếu 混沌窍
Tổng Trì môn 总持门
Hắc Bạch tương phù 黑白相符
Tạo Hóa tuyền quật 造化泉窟
Tiên Thiên Địa sinh 先天地生
Vũ trụ chủ tể 宇宙主宰
Hoàng Trung thông lý 黄中通理
Ký Tế đỉnh khí 既济鼎器
Hư Vô chi cốc 虚无之谷
Ngưng kết chi sở 凝结之所
Bồng Lai đảo 蓬莱岛
Chúng diệu môn 众妙门
Quy Căn khiếu 归根窍
Phục Mệnh quan 复命关

[61] Tổ Khiếu, Nê Hoàn Cung

Thủ Nhất đàn 守一坛
Hi Di phủ 希夷府
Như Ý châu 如意珠
Huyền Thai đỉnh 悬胎鼎
Hư Không tạng 虚空藏
Tịch Diệt hải 寂灭海
Pháp Vương thành 法王城
Huyền Quan 玄关
Không Trung 空中
Chân Thổ 真土
Bá Bính 把柄
Huỳnh Đình 黄庭
Tây Phương 西方
Giá Cá 这个
Hoàng Bà 黄婆
Trung Hoàng 中黄
Tịnh Thổ 净土
Hoa quang tạng 华光藏
Khảm Ly giao cấu chi hương 坎离交媾之乡
Thiên biến vạn hóa chi tổ 千变万化之祖
Sinh tử bất tương quan chi địa 生子不相关之地
Quỷ Thần khuy bất phá chi cơ 鬼神窥不破之机
Quy Trung 规中
Hoàng Trung 黄中
Vô Cực 无极
Đơn quynh (cục) 丹局
Chính vị 正位

Chú: Đồ bản này có các danh xưng khác nhau để gọi Huyệt Đan Điền, hay Nê Hoàn Cung. Rất quan trọng, ta nên đọc cho kỹ.

TÍNH MỆNH SONG TU VẠN THẦN KHUÊ CHỈ
性命双修万神圭旨

Khẩu quyết Tiết thứ hai:
第二节口诀

AN THẦN TỔ KHIẾU HẤP TỤ TIÊN THIÊN
安神祖窍翕聚先天
Nội phụ Pháp Luân tự chuyển, Long Hổ giao cấu nhị pháp
（内附法轮自转、龙虎交媾二法）

Tổ Khiếu xưa nay ít ai biết được. Không được Thầy truyền, thì như bắn bia ban đêm.

Tổ Khiếu, đức Lão Tử gọi là Huyền Tẫn chi môn.

Ngộ Chân Thiên nói:

Yêu đắc Cốc Thần trường bất tử, 要得谷神长不死，
Tu bằng Huyền Tẫn lập căn cơ 须凭玄牝立根基。
Nếu muốn Cốc Thần trường bất tử,
Phải lập căn cơ trên Huyền Tẫn.

Chính vì vậy mà Tử Dương Chân Nhân nói: Tu luyện Kim Đơn toàn tại Huyền Tẫn.

Trong bài tựa sách Tứ Bách Tự có viết: Huyền Tẫn Nhất Khiếu, thái thủ[62] tại đó, giao cấu[63] tại đó, phanh luyện[64] tại đó, mộc dục[65] tại đó, ôn dưỡng[66] tại đó, kết thai[67] tại đó, ngay cả đến chuyện Thoát Thai, Thần Hóa[68], cũng không ngoài khiếu đó.

Người tu sĩ muốn tu luyện, phải biết khiếu này. Đạo Kim Đơn chỉ có vậy thôi. Cho nên mới nói: Đắc Nhất, vạn sự tất 得一万事毕.

Nhưng Đan Kinh thường nói bằng ví dụ, làm cho học giả không biết đường vào. Tiền bối chỉ là: Tiên Thiên chủ nhân, Vạn tượng chủ tể, Thái Cực chi đế, Hỗn Độn chi căn, Chí Thiện chi địa, Ngưng kết chi sở, Hư Vô chi cốc, Tạo Hóa chi nguyên, Bất Nhị Pháp Môn, Thậm thâm Pháp Giới, Quy Căn khiếu, Phục Mệnh quan, Trung Hoàng cung, Hi Di phủ, Tổng Trì môn, Cực Lạc Quốc, Hư Không tạng, Tây Nam hương, Mậu Kỷ môn, Chân Nhất xứ, Huỳnh Bà xá, Thủ Nhất đàn, Tịnh Thổ, Tây Phương, Hoàng Trung, Chính Vị, Giá Cá, Thần Thất, Chân Thổ, Huỳnh Đình, trăm nghìn tên khác nhau, khó mà ghi ra hết được.

Cái Khiếu này, phải cầu nơi thân. Không phải mồm, không phải mũi, không phải Tâm, không phải thận, không phải gan, không phải phổi, không phải tì vị, không phải rốn, không phải Vĩ Lư, không phải bàng quang, không phải Cốc Đạo, không phải huyệt giữa hai thận, không phải huyệt dưới rốn một tấc ba phân, không phải Minh Đường, Nê Hoàn, không phải Quan Nguyên, Khí Hải. Như vậy nó thực sự nằm ở đâu?

Thuần Dương Tổ Sư Lữ Đồng Tân nói:

Huyền Tẫn, Huyền Tẫn, chân Huyền Tẫn 玄牝玄牝真玄牝，
Bất tại Tâm hề, bất tại Thận. 不在心兮不在肾，
Cùng thủ sinh thân thụ khí sơ, 穷取生身受气初，

[62] Thái thủ Nguyên Thần
[63] Nguyên Thần, Nguyên Khí hòa hợp tại Đan Điền
[64] Chỉ ý dẫn khí
[65] Tẩy Tâm, dịch lự
[66] Điều lý trung hòa
[67] Tức Đan thành
[68] Trở thành tiên

Mạc quái Thiên cơ đô tiết tận. 莫怪天机都泄尽。

Huyền Tẫn, Huyền Tẫn, chân Huyền Tẫn,
Không phải ở Tâm, không ở Thận.
Ở tại chỗ người vừa thụ khí,
Không sợ Thiên Cơ đã tiết lộ.

Vả lấy cái lý sinh thân mà nói, khi cha mẹ vừa có một niệm giao cấu, có một vật tròn tròn, sáng rỡ rỡ, là Tiên Thiên một điểm Linh Quang, gieo vào bào thai của mẹ.

Nó như một vòng tròn. Nho gia gọi là Nhân, là Vô Cực; Phật gia gọi là Châu, là Viên Minh; Đạo gia gọi là Đan, là Quang Minh. Tất cả đều chỉ cái Tiên Thiên Nhất Khí đó, cái Hỗn Nguyên Chi Tinh đó. Nó thật là Căn Nguyên sinh ra thân người, là chỗ Bắt Đầu Thụ Khí của con người, là Căn Bản Tính Mệnh, là Ông Tổ sinh ra mọi biến hóa.

Khi cha mẹ giao cấu xong, tinh huyết bao bọc nó bên ngoài, nó vẫn là cái vòng tròn ấy. Nho gia gọi đó là Thái Cực. Do đó mà ngũ tạng, lục phủ sinh, do đó mà có Tứ Chi Bá Hài, do đó mà có thể Thấy, Nghe, Cầm, Đi. Do đó mà có Nhân, Nghĩa, Lễ, Trí. Dó đó mà có thể thành Thánh, Thần, Văn, Võ. Tất cả đều do từ Một Điểm trong Thái Cực phát xuất ra.

Chu Dịch Tham Đồng Khế nói: Con người được phú bẩm là đồ Bản Thể Nhất Vô, Nguyên Tinh phân bá, bắt đầu thu khí, khí đã ngưng định, thì Huyền Tẫn lập thành. Trên kết Linh Quan, dưới kết Khí Hải. Linh Quan tàng giác Linh Tính; Khí Hải tàng sinh Khí Mệnh. Tính Mệnh tuy phân Long Hổ nhị huyền, nhưng căn cốt vẫn do Tổ Khiếu tổng trì. Cho nên Lão Tử nói: Huyền Tẫn chi môn, thị vị Thiên Địa Căn. Sao lại gọi Huyền Tẫn chi môn là Thiên Địa Căn? Đó há chẳng phải nói về Trời Đất trong ta hay sao? Há chẳng phải nói về Huyền Tẫn trong ta hay sao? Con người ta là gốc đất trời, là gốc sinh Huyền Tẫn hay sao? Nơi mà cửa Trời Đất sinh ra, chẳng phải là Cái sinh trước đất trời, và là Gốc của đất trời hay sao? Cho nên nói Thiên Địa chi căn, đó chính là chỗ sinh ra Đất, ra Trời, và cửa Huyền Tẫn cũng do đó mà sinh ra. Há chẳng phải cái gì sinh ra trước Huyền Tẫn là cái sinh ra gốc Huyền Tẫn hay sao? Cho nên gốc sinh ra Huyền Tẫn chính là nơi sinh ra Huyền Tẫn và chia nó thành Huyền thành Tẫn[69].

Tại sao lại gọi là Huyền? Đó là Cái sinh ra từ cái Hữu Danh trong lòng mẹ. Thế nào là Huyền chi hựu Huyền? Đó là cái sinh ra từ Vô Danh vậy.

Cái Vô Danh ấy, Thích gọi là Bất Nhị pháp môn, Tử Tư gọi là: Kỳ vi vật bất nhị, tắc kỳ sinh vật bất trắc 其为物不二，则其生物不测

Đạo Trời Đất một câu tóm hết,

Làm muôn loài không biết hai khuôn.

Nhưng mà sinh hóa khôn lường.

Trang Tử nói: Chiêu chiêu sinh vu minh minh, Hữu luân sinh vu Vô Hình 昭昭生于冥冥，有伦生于无形。(*Cái sáng sinh ra từ Cái tối, Cái Hữu hình sinh ra từ Cái Vô hình*)

Nay muốn kiến tính, muốn giác ngộ, thì phải cầu Cái Chiêu Chiêu và Hữu Luân, hay cầu Cái Minh Minh và Vô Hình? Minh Minh Vô Hình, không nhìn thấy đầu đuôi, không biết hình dung, Nho gia gọi là Vô Thanh, Vô Xứ; Thích gia gọi là Uy Âm Vương. Tại sao lại gọi là Vương? Vì Uy Âm chính ra cũng là Thái Cực, cho nên gọi là Vương[70].

Do đó ta biết rằng, muốn học Tiên, học Phật, thì phải tìm xem Vua mình ở đâu, mà tôn sùng, đó là Tôn Vương vậy. Tôn Vương như vậy là đi ngược dòng mà tìm ra Thái Cực, và Vô Cực vậy.

Vô Cực là CHÂN TRUNG vậy.

---

[69] Tức là Thái Cực, vì Huyền là Dương, Tẫn là Âm
[70] Như vậy: Huyền hựu chi Huyền chính là Vô Cực

Cho nên Thánh Thánh tương truyền cho nhau cái Trung này. Nghiêu Thuấn gọi thế là: Doãn chấp quyết Trung 允执厥中. Khổng Tử: Thời trung chi trung 时中之中. Tử Tư gọi thế là: Vị phát chi trung 未发之中. Dịch kinh gọi thế là: Hoàng trung thông lý 黄中通理. Độ Nhân Kinh gọi là: Trung lý ngũ khí 中理五炁. Thích gia gọi là: Không trung 空中. Lão Tử gọi là: Thủ trung 守中.

Chữ Trung có hai nghĩa: Nếu nói Trung là một vị trí cố định, thì là Trung này. Nếu nói Trung là một vị trí vô định, thì đó là CHÂN TRUNG của Càn Khôn, nơi Càn Khôn hợp nhất. Nói rằng có thể Cầm Giữ (Doãn Chấp) được, là nói về Cái Tâm có vị trí cố định.

Nhưng cái Trung này đâu phải chỉ trong thân ta mới có. Nó cũng ở ngoài thân ta, ở cùng khắp trời đất. Đâu đâu cũng là trung tâm con người ta.

Cái Trung Tâm này vừa ở trong trời đất, vừa ở ngoài trời đất. Nó tràn đầy khắp vũ trụ, Hư Không, đâu dâu cũng là Trung Tâm con người.

Dịch Kinh viết: Chu lưu lục Hư 周流六虚。(*Ruổi rong khắp sáu phương trời*). Nhưng chu lưu ngoài Lục Hư cũng chưa vừa, còn phải ẩn tàng nơi khiếu (Tâm) trong người mà vẫn đủ. Cho nên Khiếu đó tàng nạp Hư Vô không trung.

Đạo Kinh nói: Chỗ Trời cao nhất cách chỗ Đất thấp nhất la 8.400 dặm. Cho nên Thiên Địa chính trung là 4.200 dặm.

Nếu con người là Tiểu Thiên Địa thì từ từ Đầu đến Rốn đúng là 8 tấc 4 phân, thì Trung tâm con người phải ở chỗ 4 tấc 2 phân.

Khiếu này ở dưới Kiền, trên Khôn, ở phía Tây quẻ Chấn, phía Đông quẻ Đoài, bát mạch[71], cửu khiếu[72] kinh mạch liên lạc với nhau. Nơi đây chính là Đan Điền (Hư nhàn nhất huyệt, Không Huyền thử châu). Đó chính là Tâm Điểm Trời Đất, là Nguyên Thủy Tổ Khiếu (Tiên Thiên khí) vậy.

Nếu biết Khiếu này mà không biết cái diệu dụng của nó, thì cũng như biết Trung mà chưa biết Nhất. Người xưa nói: Tâm là Đất mà Tính là Vương. Khiếu là Trung mà Diệu là Nhất.

Nhất có nhiều loại: Có Nhất của Đạo, có Nhất của Thần, có Nhất của Khí, có Nhất của Nước, có Nhất của Số, có Nhất của Nhất Quán, có Nhất của Hiệp Nhất, có Nhất của Tinh Nhất, có Nhất của Duy Nhất, có Nhất của Thủ Nhất, có Nhất của Qui Nhất.

Qui Nhất là từ Nhất về Trung; Thủ Nhất là từ Nhất mà nắm giữ cái Trung. Có Trung là có Nhất.

Nhất mà không phải là Trung thì không phải là cái Nhất của Thánh Hiền. Có Nhất thời có Trung. Trung mà không phải Nhất thì không phải là Trung của Thánh Hiền.

Cho nên cái Nhất của Khổng Tử là từ cái Trung mà tìm ra lẽ Nhất Quán vậy, còn cái Trung của Nghiêu Thuấn là từ cái Nhất mà tìm ra lẽ Chấp Trung vậy.

Phục Hi vẽ Hà Đồ để trống giữa, đó là Tiên Thiên vậy. Đó là Tổ Khiếu trong thân ta vậy.

Khổng Tử nói: Tiên Thiên nhi Thiên phất vi 先天而天弗违。Lão Tử nói: Vô danh, vạn vật chi thủy 无名万物之始。(*Vô danh, đó là cái bắt đầu của vạn vật.*). Thích Ca nói: Mang hồ vô trẫm, nhất phiến Thái Hư 茫乎无联一片太虚 (*Mang mang không dấu vết đó là Thái Hư.*)[73]

Lạc Thư của Đại Võ thì trong đặc. Đó là Hậu Thiên. Đó cũng là một Tổ Khiếu vậy.

Khổng Tử nói: Hậu Thiên, nhi phụng Thiên Thời 后天而奉天时。Lão Tử nói: Hữu danh, vạn vật chi mẫu 有名万物之母。(*Hữu danh là mẹ của vạn vật*)

---

[71] Dương Duy, Âm Duy, Âm Kiều, Dương Kiều, Xung, Đới, Nhâm, Đốc
[72] 7 khiếu Dương, 2 khiếu Âm. Đó là: Nhãn, Nhĩ, Tị, Khẩu và Đại, Tiểu tiện
[73] Tức là bàn về Vô Cực vậy

Đại gia nói thế là: Lộ xuất đoan nghê, nhất điểm Linh Quang 露出端倪一点灵光 (*Lộ ra đầu mối, đó là nhất điểm Linh Quang vậy*)[74].

Nhưng Trung trong Hà Đồ trước tiên vẫn là Nhất. Nhất trong Lạc Thư trước tiên vẫn là Trung. Trung ôm lấy Nhất, Nhất làm chủ cái Trung. Há chẳng phải là cái Tinh Vi của Diệu Lí, cái Thần Cơ của Vô Vi hay sao?

Đạo Đức Kinh viết: Đa ngôn số cùng, Bất như thủ Trung 多言数穷, 不如守中。

Đồng Huyền Kinh viết: Đan thư vạn quyển, bất như thủ Nhất. Nhất giả sinh sinh bất tức chi Nhân dã 丹书万卷, 不如守一。一者, 生生不息之仁也。(*Kinh thư vạn quyển, bất như thủ Nhất. Nhất là đức Nhân của Trời sinh hóa không lường.*)

Trung Dung nói: Tu Đạo dĩ Nhân 修道以仁. Luận Ngữ viết: Thiên Hạ qui Nhân 天下归仁. Lễ Ký viết: Trung Tâm an nhân 中心安仁. Chu Dịch viết: An thổ đôn Nhân 安土敦仁.

Ta thường ví Nhân là hột trái cây. Trong có một điểm là Thái Cực. Có Hai cái ôm bên ngoài là Lưỡng Nghi.

Dịch viết: Dịch hữu Thái Cực, thị sinh Lưỡng Nghi 易有太极, 是生两仪. Cho nên Dịch là hai, mà luôn biến hóa. Thái Cực là Một, là Thần. Lấy một điểm Thần này đem hàm dưỡng trong Tổ Khiếu, không siêng không lười, thế chẳng phải là An Thần Tổ Khiếu, hồi phục lại vị trí của quẻ Kiền thì là gì.

Đem một điểm Nhân ấy, đôn dưỡng trong giữa quẻ Khôn, không quên, không giúp, thì gọi là An Thổ Đôn Nhân, thế chẳng phải là trở về với Thái Cực trong ta hay sao?

Lại ví như hột sen, trong đó có một mầm nhỏ, lại có hai mảng bao, thế chẳng phải là Nhất dĩ quán chi hay sao?

Một sinh Hai, Hai sinh Ba, Ba sinh vạn vật. Cho nên Trương Tử Dương nói:

Đạo thị Hư Vô sinh nhất khí,	道是虚无生一炁，
Tiện tòng Nhất Khí sản Âm Dương.	便从一炁产阴阳，
Âm Dương giả hợp thành tam thể,	阴阳者合成三体，
Tam Thể trùng sinh vạn vật xương.	三体重生万物昌。

Đạo tự Hư Vô sinh một khí,
Một Khí sinh ra được Âm Dương.
Âm Dương hợp lại thành Tam Thể,
Tam Thể trùng sinh vạn vật xương.

Xưa Văn Thủy tiên sinh hỏi Lão Tử: "Bí quyết Tu Thân nằm tại chương nào?"

Lão Tử nói: "Tại giữ cho gốc rễ bền chặt, tại thủ Trung bão Nhất mà thôi."

Thế nào là Thủ Trung? Đó là: Cần thủ Trung, mạc phóng dật, ngoại bất nhập, nội bất xuất. Hoàn Bản Nguyên, Vạn sự tất 勤守中, 莫放逸, 外不入, 内不出, 还本源, 万事毕 (*Giữ cái Trung không trễ nải, ngoài không vào, trong không ra, trở về Bản Nguyên, thế là xong.*)

Lão Tử gọi là Thủ Trung, là giữ cái Trung của Bản Thể. Khổng Tử gọi là Chấp Trung, là giữ lấy cái Trung của Bản Thể. Nhà Phật gọi là Không Trung, là giữ cho cái Bản Thể ấy được trống rỗng vậy.

Lão Tử gọi là Bão Nhất, là giữ lấy cái Nhất của Bản Thể. Khổng Tử gọi là Nhất Quán, là quán xuyến lấy cái Nhất của Bản Thể. Nhà Phật gọi là Qui Nhất, là trở về với cái Nhất của Bản Thể vậy.

Duy Tinh duy Nhất 唯精唯一 chính là Tinh Nghĩa nhập thần 精义入神. Doãn chấp quyết Trung 允执厥中 là Vương trung tâm Vô Vi 王中心无为. Đó là Mầm trong Tâm, đó là Thiên Quân (Thái Cực) trong ta vậy.

[74] Đó là bàn về Thái Cực

Thế nghĩa là gì? Ta chỉ cần giữ cho ta được Chí Chính thì Mệnh sẽ lập, thì Tính sẽ nguyên vẹn. Tính Mệnh tuy là hai tên, nhưng cùng một gốc. Trang Tử gọi là Thúc và Hốt. Thúc ở Bể Nam, Hốt ở Bể Bắc. Hai bên gặp nhau ở đất Hỗn Độn.

Tu sĩ luyện đơn nếu chẳng biết Tổ Khiếu này, thì Chân Tức không có chỗ trú, Thần hóa sẽ không có cơ sở, dược vật không đủ và đơn không kết thành.

Khiếu này là Tổng Trì Môn, là kinh đô Vạn Pháp. Nó không có biên cương, không trong ngoài. Không dùng Hữu Tâm mà giữ được, không dùng Vô Tâm mà cầu được.

Lấy Hữu Tâm mà cầu, sẽ sa vào hình tướng. Lấy Vô Tâm mà cầu, sẽ lạc không. Như vậy phải làm sao? Thầy có khẩu quyết là:

Không Động vô nhai thị Huyền Khiếu, 空洞无涯是玄窍，
Tri nhi bất thủ thị công phu. 知而不守是工夫。
Khiếu này trống rỗng không bờ bến,
Biết mà không giữ ấy công phu.

Nếu đem Chân Ngã an chỉ vào giữa, như như bất động, tịch tịch tĩnh tĩnh, trong ngoài đều quên, hồn nhiên vô sự, thời Thần sẽ luyến Khí mà ngưng, Mệnh sẽ luyến Tính mà trú. Không Qui Nhất mà Nhất sẽ tự Qui, không Thủ Trung mà Trung tự Thủ. Trung tâm mà thực, trung tâm ngũ hàng sẽ hư. Đó chính là Thủ Trung Bão Nhất của Lão Tử nói, đó chính là Bản Chỉ cuả Hư Tâm, Thực Phúc vậy.

Trương Tử Dương nói:

Hư tâm, thực phúc nghĩa câu thâm, 虚心实腹义俱深，
Chỉ vị Hư Tâm yếu thức Tâm. 只为虚心要识心。
Hư Tâm Thực Phúc nghĩa đều thâm,
Muốn nhận ra Tâm phải Hư Tâm.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Trung Ương Thần Thất bản hư nhàn, 中央神室本虚闲，
Tự hữu Tiên Thiên Chân Khí đáo. 自有先天真气到。
Trung Ương Thần Thất vốn hư vô,
Tiên Thiên Chân Khí tự nhiên đến.

Lữ Thuần Dương nói:

Thủ Trung, Tuyệt Học phương tri áo, 守中绝学方知奥，
Bão Nhất, Vô Ngôn thủy kiến giai. 抱一无言始见佳。
Thủ Trung, Tuyệt Học mới thấy kỳ,
Bão Nhất, Vô Ngôn mới thấy hay.

Trần Tử Khanh nói:

Thúc Hốt ngao du qui Hỗn Độn[75], 倏忽遨游归混沌，
Hổ Long bàn cứ nhập Trung Hoàng[76]. 虎龙蟠距入中黄。
Thúc Nam, Hốt Bắc qui Hỗn Độn[77],
Hổ Tây, Long Đông nhập Trung Hoàng.

---

[75] Thúc, Hốt là Hậu Thiên, Hỗn độn là Tiên Thiên, là Vô Vi, là Tĩnh Định
[76] Hổ, Long là Nguyên Thần, Nguyên Khí. Trung Hoàng là Đan Điền
[77] Thúc là vua Nam Hải, Hốt là vua Bắc Hải, Hỗn Độn là vua ở Trung ương (Nam Hoa Kinh)

Chính Dương Ông nói:

Yêu thức Kim Đan đoan đích xứ, 要识金丹端的处，
Vị sinh thân xứ hạ công phu. 未生身处下功夫。
Kim Đan phải biết nơi sinh xứ,
Trước lúc ta sinh hạ công phu.

Như Như Cư Sĩ nói:

Khôn chi thượng, Kiền chi hạ, 坤之上, 乾之下，
Trung gian nhất bảo, nan thù giá. 中间一宝难酬价。
Khôn trên, Kiền dưới: huyệt Trung Cung,
Đấy có bảo châu quí vô giá.

Lý Thanh Am (Trung Hòa tập) nói:

Lưỡng Nghi triệu phán phân tam cực, 两仪肇判分三极，
Kiền dĩ trực chuyên, Khôn tịch hấp. 乾以直专坤辟翕。
Thiên Địa trung gian, Huyền Tẫn môn. 天地中间玄牝门，
Kỳ động dũ xuất, tĩnh dũ nhập. 其动愈出静愈入。
Lưỡng Nghi phân cực hóa ra Ba,
Kiền để sinh sôi, Khôn mở đóng.
Trung Ương chính thị Huyền Tẫn môn,
Càng động càng ra, tĩnh càng vào.

Vương Ngọc Dương (Vân Quang tập) nói:

Cốc Thần tòng thử lập Thiên Căn, 谷神从此立天根，
Thượng thánh cưỡng danh Huyền Tẫn Môn. 上圣强名玄牝门。
Điểm phá thế nhân "Sinh Tử Huyệt", 点破世人生死穴，
Chân tiên vu thử định Kiền Khôn. 真仙于此定乾坤。
Cốc Thần do đó lập Thiên Môn,
Thượng Thánh gượng kêu Huyền Tẫn Môn.
Chỉ cho nhân thế Sinh Tử Huyệt,
Chân tiên do đó định Kiền Khôn.

Đàm Xứ Đoan (Thủy Vân tập) nói:

Âm cư ư thượng, Dương cư hạ, 阴居于上阳居下，
Dương khí tiên thăng, Âm khí tùy. 阳气先升阴气随。
Phối hợp Long Hổ, giao cấu xứ, 配合虎龙交媾处，
Thử thì như quá tiểu kiều thì. 此时如过小桥时。
Âm ở bên trên, Dương ở dưới,
Dương khí sinh thăng, Âm khí tùy.
Biết chỗ Hổ Long giao hợp xứ,
Lúc này như lúc vượt cầu đi.

Hà Thượng Công (Quá Minh tập) nói:

Yểu yểu, minh minh khai chúng diệu, 杳杳冥冥开众妙，
Hoảng hoảng, hốt hốt bao Chân Khiếu. 恍恍惚惚葆真窍。
Liễm chi tiềm tàng nhất lạp trung. 敛之潜藏一粒中，
Phóng chi di man Lục Hợp biểu. 放之弥漫六合表。
Chúng diệu sinh ra từ một điểm,
Chân Khiếu trong ta nhớ kiếm ra.
Thu nhỏ lọt vừa trong hạt thóc,
Tung ra trùm khắp sáu phương trời.

Trương Tử Dương (Ngộ Chân Thiên) nói:

Chấn Long Mộc tự xuất Ly hương, 震龙木自出离乡，
Đoài Hổ Kim sinh tại Khảm phương. 兑虎金生在坎方。
Nhị vật tổng nhân nhi Sản Mẫu. 二物总因儿产母，
Ngũ hành toàn yếu nhập Trung Ương. 五行生要入中央。
Chấn Long sinh xuất tự Ly Hương,
Đoài Hổ thì sinh tại Khảm phương.
Hai vật đều do con sinh mẹ,
Ngũ Hành vốn phải nhập Trung Ương.

Trương Cảnh Hòa (Chẩm Trung Ký) nói:

Hỗn Độn nhất khiếu thị Tiên Thiên, 混沌一窍是先天，
Nội diện Hư Vô lý tự nhiên. 内面虚无理自然。
Nhược hướng vị sinh tiền kiến đắc. 若向未生前见得，
Minh tri tất thị Đại La Tiên. 明知必是大罗仙。
Hỗn Độn khiếu kia gọi Tiên Thiên,
Trong thấy Hư Vô hợp tự nhiên.
Từ trước khi sinh, tìm ra được,
Biết ra chắc phải Đại La Tiên.

Cát Tiên Ông (Huyền Huyền Ca) nói:

Kiền Khôn hợp xứ nãi Chân Trung, 乾坤合处乃真中，
Trung tại Hư Vô thậm không khoát. 中在虚无甚空阔。
Thốc tương Long Hổ Khiếu trung tàng. 簇将龙虎窍中藏，
Tạo Hóa khu cơ qui chưởng ốc. 造化枢机归掌握。
Kiền Khôn hợp xứ gọi Chân Trung,
Ở giữa Hư Vô, rộng mênh mông.
Rồng Cọp bắt về tàng trong đó,
Chốt then Tạo Hóa nắm như không.

La Công Viễn (Mộng Cửu tập) nói:

Nhất khiếu Hư Vô thiên địa trung, 一窍虚无天地中，
Triền miên bí mật bất thông phong. 缠绵秘密不通风。
Hoảng hốt yểu minh vô sắc tượng. 恍惚杳冥无色象，

Chân Nhân hiện tại bảo châu trung. 真人现在宝珠中。
Một Khiếu Hư Vô giữa đất trời,
Triền miên bí mật, gió không chui.
Khiếu đó sắc trần không có bợn,
Chân Nhân coi như ngọc châu thôi.

Thiên Lai Tử (Bạch Hồ ca) nói:
Huyền Tẫn chi môn trấn nhật khai, 玄牝之门镇日开，
Trung Gian nhất khiếu hỗn Linh Đài. 中间一窍混灵台。
Vô quan vô tỏa vô nhân thủ. 无关无锁无人守，
Nhật Nguyệt đông tây tự vãng lai. 日月东西自往来。
Huyền Tẫn chi môn một khiếu khai,
Khiếu này có thể gọi Linh Đài.
Khóa then hờ hững không ai giữ,
Nhật Nguyệt đông tây mặc tới lui.

Trương Hồng Mông (Hoàn Nguyên Thiên) nói:
Thiên Địa chi căn thủy Huyền Tẫn, 天地之根始玄牝，
Hô Nhật Hấp Nguyệt trì bả tính. 呼日吸月持把柄。
Ẩn hiện câu không, không bất không, 隐显俱空空不空，
Tầm chi bất kiến hô chi ứng. 寻之不见呼之应。
Thiên Địa căn cơ là Huyền Tẫn,
Hô hấp trời trăng, cầm cân mực.
Ẩn hiện vào ra chẳng có gì,
Tìm chẳng thấy tông, hô thời ứng.

Cao Tượng Tiên (Kim Đơn ca) nói:
Chân Nhất chi Đạo hà sở vân? 其一之道何所云，
Mạc nhược tiên sao Mậu Kỷ môn. 莫若先敲戊己门。
Mậu Kỷ môn trung hữu Chân Thủy. 戊己门中有真水，
Chân Thủy tiện thị Hoàng Nha[78] côn. 真水便是黄芽根。
Đạo Trời, Chân Nhất đâu xa,
Cánh cửa Hoàng Trung cố mở ra.
Chân Thủy, Hoàng Nha đều ở đó,
Lòng Trời, lòng Đất, cũng lòng Ta.

Đinh Dã Hạc (Tiêu Diêu Du) nói:
Tam giáo nhất nguyên giá cá viên, 三教一元这个圆，
Sinh tại Vô Vi, tượng đế tiên. 生在无为象帝先。
Ngộ đắc thử Trung Chân Diệu Lý, 悟得此中真妙理，
Thủy tri Đại Đạo tổ căn nguyên. 始知大道祖根源。

[78] Đại Dược

Tam giáo Hư Vô vẽ một vòng,
Sinh tại Vô Vi, vạn tượng tông.
Có hiểu Trung Hoàng chân diệu lý,
Rồi ra nguồn đạo sẽ khai thông.

Tiêu Tổ Hư (Đại Đơn quyết) nói:

Học nhân nhược yếu mịch Hoàng Nha[79], 学人若要觅黄芽，
Lưỡng xứ[80] căn nguyên, cộng nhất gia. 两处根源共一家。
Thất phản, cửu hoàn[81] tu thức chủ, 七返九还须识主，
Công phu hào phát bất dung sai. 工夫毫发不容差。
Người đời nếu muốn kiếm Hoàng Nha,
Hai ngả Âm Dương hợp một nhà.
Thần Khí hiệp hòa, cần biết chủ,
Công phu hào phát chẳng sai ngoa.

Lý Linh Dương (Tổ Khiếu Ca) nói:

Cá cá vô sinh, vô tận tạng, 个个无生无尽藏，
Nhân nhân bản thể, bản hư không. 人人本体本虚空。
Mạc đạo Cù Đàm, danh Cực Lạc. 莫道瞿昙名极乐，
Khổng Nhan lạc diệc tại kỳ trung. 孔颜乐亦在其中。
Nguồn sinh vô tận tỏa đôi nơi,
Vô Cực, Hư Không, Bản Thể người.
Chớ nói Cù Đàm kêu Cực Lạc,
Khổng Nhan vui cũng ở trong thôi.

Trần Trí Hư (Chuyển Ngữ Kệ) viết:

Nhất giả danh vị Bất Nhị Môn, 一者名为不二门，
Đắc môn nhập khứ tiện an thân. 得门入去便安身。
Đương niên Tăng tử nhất thanh Duy. 当年曾子一声唯，
Ngộ liễu Diêm Phù (thế gian) đa thiểu nhân. 误了阎浮多少人。
Nhất còn được gọi Bất Nhị Môn,
Vào được cửa này, thân sẽ an.
Tăng Tử xưa kia kêu tiếng Dạ
Thế gian vài kẻ hiểu nguồn cơn.

Tiết Tử Hiền (Hư Trung thi) viết:

Thiên địa chỉ gian do thác thược 天地之间犹橐籥，
Thác thược tu tri cổ giả thùy 橐籥须知鼓者谁。
Động tĩnh căn tông do thử đắc 动静根宗由此得，
Quần khan phóng thủ đắc phong vô 君看放手得风无。

[79] Kim Đan
[80] Âm Dương
[81] Thần, Khí tương giao

Thiên địa không trung như lò bễ
Thổi được bễ này sẽ là ai
Căn nguyên động tĩnh là do đó
Bạn muốn thử xen hãy giơ tay

Lữ Tổ (Thuần Dương vân tập) viết:

Âm dương nhị vật ẩn trung vi　　阴阳二物隐中微，
Chỉ vị ngu nhân tự bất tri　　只为愚人自不知。
Thật thật nhận vi nam nữ thị　　实实认为男女是，
Chân chân thuyết tố khảm ly phi　　真真说做坎离非。
Âm dương hai vật ẩn bên trong
Chỉ vị người ngu nên không biết
Nam nữ bên trong là có thật
Nói đúng mà nghe tự khảm ly

Lý Đạo Thuần (vô nhất ca) viết:

Đạo bản hư vô sinh Thái Cực　　道本虚无生太极，
Thái Cực biến nhi tiên hữu nhất　　太极变而先有一。
Nhất phân vi nhị, nhị sinh tam　　一分为二二生三，
Tứ tượng ngũ hành tòng thử xuất　　四象五行从此出。
Đạo vốn hư vô sinh thái cực
Thái cực biến rồi, trước sinh nhất
Nhất chia ra nhị, nhị sinh tam
Tứ tượng ngũ hành do đó xuất

Thọ Nhai thiền sư ngữ lục viết:

Đà La Môn[82] khải diệu nan cùng　　陀罗门启妙难穷，
Phật phật tương truyền chỉ thử trung　　佛佛相传只此中。
Bất thức tây lai chân thật nghĩa　　不识西来真实义，
Không xuyên thiết sỉ tẩu tây đông　　空穿铁屣走西东。
Đà La rộng mở tạ vô cùng
Phật phật tương truyền một chữ trung
Ảo ngữ chân thuyên bằng chẳng hiểu
Như mang giày sắt ruổi tây đông

Mã Đơn Dương (Túy trung ngâm) viết:

Lão tử kim đan thích thị châu　　老子金丹释氏珠，
Viên minh vô khiếm, diệc vô dư　　圆明无欠亦无余。
Tử hộ, sinh môn tông thử khiếu　　死户生门宗此窍，
Thử khiếu do năng nạp thái hư　　此窍犹能纳太虚。
Lão gọi Kim Đơn, Thích gọi Châu,
Dáng tròn vành vạnh, chẳng thiếu thừa.
Tử Hộ, Sinh Môn cùng khiếu ấy,
Nó cũng đủ to, nạp Thái Hư.

[82] Thượng Đan Điền

Tào Văn Dật (Đại đạo ca) viết:

Tá vấn chân nhân hà xứ lai　　借问真人何处来，
Tòng tiền nguyên chỉ tại linh đài　　从前原只在灵台。
Tích niên vân vụ thâm già tế　　昔年云雾深遮蔽，
Kim nhật tương phùng, đạo nhãn khai　　今日相逢道眼开。
Chân nhân ướm hỏi tới từ đâu
Tâm khảm tiềm tàng sẵn đáy sâu
Thủa trước Linh Đài vân vụ phủ
Ngày nay gặp gỡ hết xa nhau

Lưu Trường Sinh (Tiên dược tập) viết:

Nhất khiếu hư không huyền tẫn môn　　一窍虚空玄牝门，
Điều đình tiết hậu yếu thường ôn　　调停节候要常温。
Tiên nhân đỉnh nội vô tha dược　　仙人鼎内无他药，
Tạp khoáng tiêu thành, bách luyện côn (Kim)　　杂矿销成百炼金。
Nhất khiếu hư không Huyền Tẫn môn
Giữ sao chốn ấy được thường ôn
Tiên nhân trong đỉnh không thuốc khác
Tạp khoáng tiêu rồi, độc hoàng côn (kim)

Lý Đạo Thuần (Trung hoà tập) có bài

Càn khôn hạp tịch vô hưu tức[83]　　乾坤阖辟无休息，
Ly Khảm[84] thăng trầm hữu hợp ly　　离坎升沉有合离。
Ngã vị chư quân minh chỉ xuất　　我为诸君明指出，
Niệm đầu phục xứ lập Đan Ki[85]　　念头复处立丹基。
Kiền khôn mở đóng chẳng suy vi
Ly Khảm xuống lên có hợp lý
Ta vì chư vị nên chỉ rõ
Nơi ấy là nơi lập Đan Ki

Lưu Hải Thiềm (Kiến đạo ca) viết:

Hàm cốc quan đương thiên địa trung　　函谷关当天地中，
Vãng lai nhật nguyệt tự tây đông　　往来日月自西东。
Thí tương thốn quản khuy huyền khiếu　　试将寸管窥玄窍，
Hổ cứ, long bàn khí tượng hùng　　虎踞龙蟠气象雄。
Hàm Cốc vương cao ngất trời mây
Nhật Nguyệt lại qua tự đông tây
Nếu có ống nhòm, nhòm tổ khiếu
Sẽ thấy Hổ Long núp nơi đây

[83] Thượng Đan Điền, Hạ Đan Điền khai hợp
[84] Nguyên Thần, Nguyên Khí
[85] Căn Ki tức Đan Điền

Vô Tâm Xương Lão bí quyết viết:

Tự hiểu Cốc Thần thông thử đạo 自晓谷神通此道，
Thùy năng lý tính dục tu chân 谁能理性欲修真。
Minh minh thuyết hướng trung hoàng lộ 明明说向中黄路，
Tích lịch thanh trung tự đắc thần 霹雳声中自得神。
Cốc Thần khuất nẻo mấy ai hay
Tinh lý tu chân lẽ khó bày
Ta cố chỉ bày Trung Hoàng lộ
Ầm ầm sấm chớp thấy thần ngay

Bạch Ngọc Thiềm chân nhân viết:

Tính chi căn, mệnh chi đế 性之根, 命之蒂，
Đồng xứ, dị danh, phân lưỡng loại 同处异名分两类。
Hợp qui nhất xứ kết thành đơn 合归一处结成丹，
Hoàn vi nguyên thủy, tiên thiên khí 还为元始先天气。
Tính căn, mệnh đế vốn chung nơi
Khác tên nên mới biến thành hai
Nếu mà sum hợp thành một lại
Tiên thiên nhất khí đã thành rồi

Lục Đốc Triệu chân nhân viết:

Hư vô nhất khiếu chính đương trung 虚无一窍正当中，
Vô sinh, vô diệt tự vô cùng 无生无灭自无穷。
Chiêu chiêu, linh linh, tướng phi tướng 昭昭灵灵相非相，
Yểu yểu, minh minh, không bất không 杳杳冥冥空不空。
Hư vô nhất khiếu giữa không trung
Vô sinh, vô diệt, vốn vô cùng
Chiêu chiêu, linh linh, vốn không tướng
Yểu yểu, minh minh, không chẳng không

Tử Dương Trương chân nhân (Kim Đơn) viết:

Thử khiếu phi phàm khiếu 此窍非凡窍，
Kiền khôn cộng hợp thành 乾坤共合成。
Danh vi Thần khí huyệt, 名为神气穴，
Nội hữu khảm ly tinh 内有坎离精。
Khiếu này chẳng phải khiếu phàm
Kiền khôn cộng lại mới toan hợp thành
Thần khí huyệt, bảng đề danh
Bên trong chứa đựng tinh huỳnh khảm ly

Huỳnh Thiềm Lý chân nhân (Đạo đức tụng) nói:

Hạp tịch ứng kiền khôn, 阖辟应乾坤，
Tư vi huyền tẫn môn. 斯为玄牝门。

Tự tòng vô xuất nhập[86], 自从无出入，
Tam giới[87] diệc xưng tôn. 三界亦称尊。
Mở đóng tựa kiền khôn
Tên gọi Huyền Tẫn môn
Trong ngoài không chi lọt
Tam giới đều sùng tôn

Tư Mã Tử Vi nói:

Hư vô nhất khiếu hiệu Huyền Quan 虚无一窍号玄关，
Chính tại nhân thân thiên địa gian 正在人身天地间。
Bát vạn tứ thiên, phân thượng hạ 八万四千分上下，
Cửu, tam, ngũ, lục[88] liệt tuần hoàn 九三五六列循环
Đại bao pháp giới hồn vô tích 大包法界浑无迹，
Tế nhập trần ai, bất kiến nhan 细入尘埃不见颜。
Giá cá danh vi tổ khí huyệt 这个名为祖炁穴，
Thử châu nhất lạp chinh trung huyền 黍珠一粒正中玄
Hư vô một khiếu gọi Huyền Quan
Giữa lòng trời đất với nhân gian
Tám vạn bốn nghìn phân thượng hạ
9,3,5,6 liệt tuần hoàn
Lớn trùm pháp giới không lưu vết
Nhỏ nhập trần ai, chẳng thấy nhan
Cái đó gọi là chân tổ khiếu
Trường sinh, linh bảo vốn hàm tàng

Những khẩu quyết trên đầu xiển minh cái ảo diệu của tổ khiếu, Lão Tử nói: Thiên địa chi gian, kỳ do thác thước hồ 天地之间, 其犹橐籥乎。Trang Tử nói: Khu đắc nhược kỳ trung, dĩ ứng vô cùng. 枢得若其中, 以应无穷。Quẻ Khôn nói: Chính vị cư thể 正位居体。

Quẻ Đỉnh viết: Chính vị, ngưng mệnh 正位凝命。

Quẻ Cấn nói: Quân tử tư bất xuất kỳ vị 君子思不出其位。Mạnh Tử cũng nói: Lập thiên hạ chi chính vị. 立天下之正位。

Cũng chỉ là cái chính vị này mà thôi. Nói lớn ra, thì nó bao trùm thiên hạ, cho nên nói: ở vào chỗ rộng rãi thiên hạ, và đại đạo do đó phát sinh.

Kinh Thi viết: Bỉnh tâm tắc uyên, 秉心寒渊。Thái Huyền Kinh viết: Tàng tâm vu uyên, mỹ quyết linh căn. 藏心于渊, 美厥灵根。Tham Đồng Khế viết: Chân nhân tiềm thâm uyên, phù du thủ quy trung. 真人潜深渊, 浮游守规中。(*Chân nhân sống rất thâm trầm, nhởn nhơ, khinh khoát, ôm cầm khuôn thiêng*).

Nói Tắc, nói Tàng là Tiềm nhi thủ chi. Còn hai chữ phù du không thể không biết. Phù Du ưu du là thung dung, như Mạnh Tử nói: Vật vong, vật trợ 勿忘勿助。

Phật gia nói: "Ưng như thị trụ, như thị hàng phục kỳ tâm" cũng là nghĩa này. 应如是住、如是降伏其心。

---

[86] Ngoại khí bất nhập, nội khí bất xuất, đạt cảnh giới Thai Tức
[87] Dục giới, sắc giới, vô sắc giới
[88] Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ ngũ hành

接三陰之正氣於風輪其專精之名曰太玄栖三陽之正氣於水樞其專精之名曰太乙太乙正陽也太玄正陰也陽之正氣其色赤陰之正氣其色黑水陽也而其伏爲陰風陰也而其發爲陽上赤下黑左青右白黃潛於中宮而五運流轉故有輪樞之象焉

法輪自轉圖

撥動法輪旋日月須臾海嶠起雲雷
風濤洶涌波澄后散作甘泉潤九垓

旋斗歷箕
回度五常
法天之樞
仙壽萬億

法水能朝有秘關逍遥日夜轉輪環
於中壅滯生諸病才决通流便駐顏

水涵太乙之中精故能潤澤百物而行乎地中風涵太古之中精故能動化百物而行乎天上上赤之象其宮成離下黑之象其宮成坎夫兩端之所以平者以中存乎其間故也

PHÁP LUÂN TỰ CHUYỂN ĐỒ - 法轮自转图

(Nội dung trong đồ hình)

Tiếp tam âm chi chính khí ư phong luân, kỳ chuyên tinh chi danh viết Thái huyền

接三阴之正气於风轮其专精之名曰太玄

Thê tam dương chi chính khí ư thủy khu, kỳ chuyên tinh chi danh viết Thái ất

栖三阳之正气於水枢其专精之名曰太乙

Thái ất chính dương dã　太乙正阳也

Thái huyền chính âm dã　太玄正阴也

Dương chi chính khí kỳ sắc xích. Âm chi chính khí kỳ sắc hắc

阳之正其色赤阴之正其色黑

Thủy dương dã, nhi kỳ phục vi âm　水阳也而其伏为阴

Phong âm dã, nhi kỳ phát vi dương　风阴也而其发为阳

Thượng xích, hạ hắc, tả thanh, hữu bạch, hoàng tiềm ư trung cung, nhi ngũ vận lưu chuyển, cố hữu luân khu chi tượng yên

上赤下黑左青右白黄潜於中宫而五运流转故有轮枢之象焉

Tiếp chính khí của tam âm ở phong luân, danh của chuyên tinh là Thái huyền

Nương chính khí của tam dương ở thủy khu, danh của chuyên tinh là Thái ất

Thái ất là chính dương. Thái huyền là chính âm

Dương của chính khí thì màu đỏ

Âm của chính khí thì màu đen

Thủy là dương, khi ẩn phục thì là âm

Phong là âm, khi phát động thì là dương

Trên đỏ, dưới đen, tả xanh hữu bạch, trung ương thì vàng, ngũ vận lưu chuyển, nên mới có tượng luân khu vậy

Thủy hàm Thái ất chi trung tinh, cố năng nhuận trạch bách vật, nhi hành hồ địa trung

水涵太乙之中精故能润泽百物而行乎地中

Phong hàm Thái cổ chi trung tinh, cố năng động hóa bách vật, nhi hành hồ thiên thượng

风涵太古之中精故能动化百物而行乎天上

Thượng xích chi tượng, kỳ cung thành ly　上赤之象其宫成离

Hạ hắc chi tượng, kỳ cung thành khảm　下黑之象其宫成坎

Phù lưỡng đoan chi sở dĩ bình giả, dĩ trung tồn hồ kỳ gian cố dã

夫两端之所以平者以中存乎其间故也

Nước hàm chứa tinh hoa của Thái ất, nên có sức nhuận trạch vạn vật, và lưu hành trên mặt đất.

Phong hàm chứa tinh hoa của Thái cổ, nên có sức động hoá vạn vật và lưu hành trên trời.

Trên có tượng màu đỏ nên cung nó là Ly.

Dưới có tượng màu đen nên cung nó là Khảm.

Và hai bên được quân bình là nhờ có trung cung ở giữa vậy.

Bát động pháp luân tuyền nhật nguyệt　拨动法轮旋日月

Tu du hải kiệu khởi vân lôi　须臾海峤起云雷

Phong đào hung dũng ba trừng hậu　　风涛汹涌波澄後
Tán tác cam tuyền nhuận cửu cai[89]　　散作甘泉润九垓
Chu thiên chuyển vận xoay nhật nguyệt
Phút chốc thần sơn khởi vân lôi
Gió làm sóng cuộn đùng đùng nổi
Sau hóa cam tuyền khắp chốn nơi

Pháp thủy năng triều hữu bí quan　　法水能朝有秘关
Tiêu dao nhật dạ chuyển luân hoàn　　逍遥日夜转轮环
Ư trung ứ trệ sinh chư bệnh　　於中壅滞生诸病
Tài quyết thông lưu tiện trụ nhan　　才决通流便驻颜
Chân khí muốn dùng có quyết chiêu
Tổ khiếu là nơi nó vãng lai
Nếu nó úng trệ sinh mọi bệnh
Nếu giữ nó thông sẽ trẻ hoài

Tuyền đẩu, lịch ky　　旋斗历箕
Hồi độ ngũ thường　　回度五常
Pháp thiên chi khu　　法天之枢
Tiên thọ vạn ức　　仙寿万亿
Chuyển vần tinh đẩu
Xoay chuyển ngũ hành
Pháp thiên chuyển vận
Thọ sẽ vô cùng

Nơi bụng của hình người có viết chữ
Ở chính giữa là Cực 极
Trên viết: Bạch hổ ẩn ư Đông phương 白虎隐於东方
Dưới viết: Thanh long tàng ư tây vị 青龙藏於西位

[89] *Pháp Luân* là Chu Thiên. Tinh tú quay một ngày một đêm là Chu Thiên, luyện đơn một ngày một đêm là Chu Thiên. *Hải Kiệu* là bờ biển nhiều núi. *Khởi Vân Lôi* tượng trưng cho Nguyên Thần, Nguyên Khí tương giao. *Cam Tuyền* chỉ Chân Khí. *Cửu cai* là Cửu Châu, tức chân thân con người

PHÁP LUÂN TỰ CHUYỂN CÔNG PHU

法轮自转工夫

Pháp môn của tam giáo tuy cùng một đường nhưng khác vết, tuy chia ba nhưng lý là một. công phu này nhà Phật gọi là Pháp luân 法轮, Đạo gia gọi là Chu thiên 周天, Đạo nho gọi là hành đình 行庭.

Dịch kinh viết: Cấn kỳ bối, bất hoạch kỳ thân, hành kỳ đình bất kiến kỳ nhân, 艮其背不获其身, 行其庭不见其人。

Cấn là dừng lại sau lưng, Dừng nơi chí thiện, quên thân, quên người.
Bản thân mà đã quên rồi, Trong sân đi lại, quên người, lỗi chi.

Đi trong sân là thiên hành kiện vậy. Trời đi mỗi ngày một vòng trời, còn gì mạnh hơn? Thân ta cũng là một tiểu thiên địa, đi được một vòng tiểu chu thiên cũng là hành kiện vậy. Dịch kinh viết: Thiên hành kiện, quân tử dĩ tự cường bất tức 天行健, 君子以自强不息。

Tượng rằng:

Trời cao mạnh mẽ xoay vần, Nên người quân tử quyết tâm tự cường

Trong thân ta, thì trung tâm là Huỳnh đình, là Thái cực, còn trời đất thì vận chuyển bên ngoài, và qua lại vô cùng.

Quẻ Cấn viết: Thời chỉ tắc chỉ 时止则止, là Thái Cực định vị; Thời hành tắc hành 时行则行 là Chu thiên vận chuyển, sao chẳng xem nơi hệ từ? Hệ từ viết: Nhật nguyệt tương thôi, nhi minh sinh yên 日月相推而明生焉。

Mặt trời cùng với mặt trăng, Luân phiên đắp đổi nên hằng sáng soi

Lại viết: Hàn thử tương thôi nhi tuế thành yên 寒暑相推而岁成焉。

Hàn ôn đắp đổi thường xuyên, Cho nên năm tháng miên triền sinh ra

Lại viết: Khuất thân tương cảm nhi lợi sinh yên 屈伸相感而利生焉。

Khuất thân lai vãng thời thường, Đôi bên cảm ứng mở đường lợi sinh

Đó là Tâm Pháp của hành đình 行庭 vậy.

Thế nào là Lập Cực 立极?

Như trên đã nói: Lập Cực là đem chữ Nhân 仁 để vào chính giữa, chỗ đó gọi là Trung Thổ, để mà Đôn Dưỡng nó, và sẽ thấy Chân Cơ tiêu tức của nó là Tính Mệnh hồn dung ở trong

Một co, một duỗi, một đi, một lại, giống như mặt trời mặt trăng sáng soi, như nóng lạnh vận hành, theo đúng sự vận hành tự nhiên của trời đất. Thế là trong ta cũng có một đất trời vậy.

Lúc mới đầu thì Có Ý, sau sẽ Vô Ý.

Thoạt đầu dùng ý dẫn khí, từ nhỏ đến lớn, miệng niệm khẩu quyết 12 chữ: Bạch hổ ẩn vu đông phương. Thanh long tiềm vu tây phương 白虎隐于东方, 青龙潜于酉方。Mỗi câu như vậy là dẫn khí đi một vòng chu thiên, đến 36 lần sẽ nghỉ.

Rồi đến thâu hồi, từ ngoài quay vào trong, từ lớn đến nhỏ, cũng dùng khẩu quyết: Thanh long tiềm vu tây phương, Bạch hổ ẩn vu đông phương 青龙潜于酉方, 白虎隐于东方。Cũng tính đủ 36 lần, trở về tới thái cực thì ngừng. Như vậy là đủ một chu thiên vậy. Lâu ngày sẽ không phải chú ý tới nữa. Tự nhiên tuyền ky sẽ không ngừng và pháp luân sẽ tự chuyển.

Toàn Dương tử nói:

Dữ nhật nguyệt nhi chu hồi,	与日月而周回，
Đồng thiên hà nhi luân chuyển,	同天河而轮转。
Luân chuyển vô cùng,	轮转无穷，
Thọ mệnh vô cùng	寿命无穷。

Vãng lai cùng nhật nguyệt
Xoay chuyển với thiên hà
Luân chuyển vô cùng
Thọ mệnh vô cùng

Minh Đạo tập nói:

An nhàn tự đắc trường sinh đạo, 安闲自得长生道，
Trú dạ vô thanh chuyển pháp luân. 昼夜无声转法轮。
An nhàn sẽ được trường sinh đạo,
Ngày đêm chuyển Pháp chẳng tăm hơi.

Hàn Tiêu Diêu nói:

Pháp luân yếu chuyển thường tu chuyển, 法轮要转常须转，
Chỉ tại thân trung nhân bất kiến. 只在身中人不见，
Giá động chi thời tự nhật luân, 驾动之时似日轮，
Nhật luân hướng ngã thân trung chuyển. 日轮向我身中转。
Pháp luân cần chuyển thường đã chuyển
Chuyển vận trong thân, người chẳng thấy
Khi nó chuyển vận tựa mặt trời
Mặt trời chuyển vận cũng trong ta

Lại nói:

Pháp luân chuyển đắc mạc đình lưu, 法轮转得莫停留，
Niệm niệm bất ly, luân tự chuyển. 念念不离轮自转。
Pháp luân chuyển vận chẳng lưu đình,
Chẳng lìa thân ý nó xoay quanh.

Trong lúc vận chuyển phơi phới như vân vụ phủ trùm bốn bên, táp nhiên như gió mưa cùng đến, hoảng nhiên như vừa tỉnh mộng lúc ban ngày, thư thái như bệnh lâu ngày mới thoát. Tinh thần mờ hiệp, như nam nữ lúc giao hoan, thịt xương gắn bó, y như vừa tắm rửa xong

Dịch kinh viết: Hoành trung thông lý, chính vị cư thể, mỹ tại kỳ trung, nhi sướng ư tứ chi
黄中通理, 正位居体, 美在其中, 而畅于四肢。
Hiền nhân thông lý trung hoàng
Tìm nơi chính vị mà sa thân mình
Dẹp từ tâm khảm xuất sinh
Làm cho cơ thể xương vinh mỹ miều
Phát ra sự nghiệp cao siêu
Thế là đẹp đẽ đến điều còn chi
Lời đó thật đáng tin

*
* *

Lời bàn của dịch giả

Chương này là một chương khó hiểu. Chúng ta nắm được ý chính là phải giữ cho huyết mạch lưu thông thì mới tránh được bệnh tật. Còn như vận chuyển thế nào thì lời dạy thật mơ hồ. Có lẽ phải vận chuyển theo hình vẽ.

龍虎交媾圖

龍呼於虎虎吸龍精
兩相飲食俱相貪并

白面郎君騎白虎
青衣女子跨青龍
鉛汞鼎邊相見后
一時關鎖在其中

男女相修含吐以滋
雌雄錯雜以類相求

虎在西兮龍在東東龍西虎各爭雄
若解相吞歸一處神仙頂刻不勞功

嬰兒姹女齊齊出却被黃婆引入室
雲騰雨施片時間不覺東方紅日出

LONG HỔ GIAO CẤU ĐỒ - 图媾交虎龙

(Nội dung trong đồ hình)

Long hô ư hổ, hổ hấp long tinh, 龙呼於虎虎吸龙精
Lưỡng tương ẩm thực, câu tương tham tính. 两相饮食俱相贪并
Nguyên thần (long) nguyên khí giáng thăng.
Đôi bên tương thực, cầm bằng xe tơ.

Nam nữ tương tu, hàm thổ dĩ tư. 男女相修含吐以滋
Thư hùng thác tạp, dĩ loại tương cầu. 雌雄错杂以类相求
Âm dương nam nữ tương cầu.
Thư hùng hòa hợp gót đầu chẳng phân.

Hổ tại tây hề, long tại đông. 虎在西兮龙在东
Đông long tây hổ các tranh hùng. 东龙西虎各争雄
Nhược giải tương thôn, qui nhất xứ. 若解相吞归一处
Thần tiên đỉnh khắc bất lao công. 神仙顶刻不劳功
Hổ long phân biệt tây đông.
Hai bên hùng cứ muốn tranh hùng.
Nếu như long hổ qui nhất lại.
Lập tức thành tiên chẳng phí công.

Anh nhi Xá nữ tề tề xuất, 婴儿姹女齐齐出
Khước bị Hoàng bà dẫn nhập thất. 却被黄婆引入室
Vân đằng vũ thí phiến thời gian, 云腾雨施片时间
Bất giác đông phương hồng nhật xuất. 不觉东方红日出
Nguyên thần nguyên khí đôi bên,
Huỳnh bà mai mối đưa liền vào cung.
Mây mưa một trận chập chùng,
Trông ra đã thấy vừng đông sáng lòa.

Bạch diện lang quân kỵ bạch hổ, 白面郎君骑白虎
Thanh y nữ tử khóa thanh long. 青衣女子跨青龙
Diên hống đỉnh biên tương kiến hậu, 铅汞鼎边相见後
Nhất thời quan tỏa tại kỳ trung. 一时关锁在其中
Bạch diện lang quân cưỡi Bạch hổ,
Thanh y xá nữ cưỡi Thanh long.
Nam nữ gặp nhau bên lò thuốc,
Chỉ cần ít phút tiến vào trong.

LONG HỔ GIAO CẤU PHÁP TẮC
龙虎交媾法则

Con người do Khảm Ly giao cấu mà sinh ra, Khảm Ly mà phân chia thời chết, lý này là tất nhiên, ai cũng biết điểm này.

Ly ở về phương Nam, ngoài Dương trong Âm, nên là Chân Hống.

Khảm ở về phương Bắc, trong Dương ngoài Âm, nên là Chân Diên, cho nên Tử Dương chân nhân nói:

Nhật cư Ly vị phản vi nữ, Khảm phối thiềm cung khước thị nam.

日居离位反为女, 坎配蟾宫却是男。

(*Ly cư Nhật mà lại thành Nữ, Khảm ở thiềm cung biến thành Nam*)

Nói thế nghĩa là Khảm là Nam, Ly là Nữ. Nói Khảm Ly cũng như là nói tinh cha huyết mẹ, nói Nhật Ô Nguyệt Thố, nói Hống nói Diên, nói Thiên Huyền, Địa Hoàng, nói Long Hổ vậy. Tham Đồng Khế nói:

Ly Kỷ Nhật Quang, Khảm Mậu Nguyệt Tinh. 离已日光, 坎戊月精。

Cho nên Ly Kỷ tượng trưng cho Huyền Khí của Long, Khảm Mậu tượng trưng cho Huyền Khí của Hổ, mà Mậu với Kỷ là bản thể của Huỳnh Đình Chân Thổ. Khi Thái Cực đã chia, thì ở sang hai bên Long Hổ.

Người tu luyện Đan, nếu biết phản bản, phục sơ, biết đem Long Hổ trở về Đỉnh hợp nhất với nhau, đem tính tình hợp nơi tổ khiếu, thì phải dùng hai khẩu quyết: Long tòng Hỏa (Ly) lý xuất, Hổ hướng Thủy (Khảm) trung sinh 龙从火里出、虎向水中生 *(Long từ trong lửa ra, hổ từ trong nước sinh*). Như vậy lửa sẽ phừng phực bốc lên, rồng sẽ bay vút lên cao, và từ đáy nước trong veo, hổ sẽ nhảy lên đăm đăm nhìn.

Long Hổ sẽ tương giao và sẽ trở về Hồng Mông hỗn độn. Vợ chồng sẽ hợp thể, và sẽ nhập vào Hư Vô, sẽ cũng vào Huỳnh Phòng (đan điền) cùng nhau âu yếm. Nhị khí (Âm, Dương) tương giao, như Thiên Địa cấu tinh, Nhật Nguyệt giao quang, nhập vào tổ khiếu, trở lại cái Nguyên Khí chưa chia lúc ban đầu, thành ra cái Hỗn Nguyên Chân Nhất chi tinh. Thành ra căn nguyên của Đại Dược, thành ra cơ bản của Hoàn Đơn vậy.

Vả tính tình của Long thường ở Mậu, tình tính của Hổ thường ở Kỷ. Chỉ tại hai bên đều có thổ khí, hai thổ hợp lại sẽ thành Đao Khuê.

Chỉ vì Khảm Ly giao mà thành Thiên Địa thái. Long Hổ giao mà thành Mậu Kỷ Thổ. Mậu Kỷ hợp thành nhất thể, thế là Tứ Tượng hội hợp mà thành Đại Đơn vậy.

Dịch viết: Thiên Địa nhân ôn, vạn vật hóa thuần, nam nữ cấu tinh vạn vật hoá sinh.

天地氤氲, 万物化醇; 男女媾精, 万物化生。

Đất trời quấn quít hợp đôi,

Rồi ra vạn vật sinh sôi thành hình.

Những từ trai gái cấu tinh,

Rồi ra vạn vật hóa sinh dưới trời.

Đất Trời dùng Âm Dương giao cấu mà sinh vật, Đơn gia dùng Âm Dương giao cấu mà sinh dược, vì không bao giờ không có giao cấu mà sinh ra được cái gì.

Sách Ngọc Chi viết:

Huyền hoàng nhược giả vô giao cấu, 玄黄若也无交媾，

Tranh đắc dương tòng khảm hạ phi. 争得阳从坎下飞。

Đất Trời nếu chẳng giao nhau,

Thế thì Dương Khảm biết đâu mà về.

Đó chính là đầu mối của đơn đạo, là ý nghĩa thứ nhất của việc tu tiên. Nếu Đất Trời không hòa hài, thì sương trên trời không rơi xuống. Nếu Khảm Ly không phối hợp thì Huỳnh Nha không sinh, Long Hổ nếu không phối ngẫu thì Chân Nhất Chủng Tử không sinh. Chân Nhất Chủng Tử không sinh thì lấy đâu ra then chốt để kết thành đại đơn?

Nhưng cái lý giao cấu có hai: nội giao và ngoại giao. Khảm Ly, Long Hổ là nội giao là sản dược. Kiền Khôn, Tý Ngọ là ngoại giao, là kết đơn. Hai bên cách nhau trời vực, học giả nên phân biệt cho kỹ.

Trương Tử Dương nói:

Ký khu nhị vật qui hoàng đạo, 既驱二物归黄道，
Tranh đắc kim đơn bất giải sinh. 争得金丹不解生。
Đã đem thần khí về hoàng đạo,
Kim đơn như vậy ắt sẽ sinh.

Lã Thuần Dương nói:

Nhị vật hội thời vi đạo bản, 二物会时为道本，
Ngũ hành toàn thể đắc đơn danh. 五行全处得丹名。
Thần khí hoà hài là gốc đạo,
Ngũ hành toàn thể gọi là đan.

Trần Bão Nhất nói:

Mậu kỷ sạ giao, tình tính hợp, 戊已乍交情性合，
Khảm ly tài cấu hổ long hàng. 坎离才媾龙虎降。
Mậu kỷ hoà hài tình tính hợp,
Khảm ly vừa kết hổ long hàng.

Trương Dung Thành nói:

Hổ dược, long đằng phong lãng thô, 虎跃龙腾风浪粗，
Trung ương chính vị sản huyền châu. 中央正位产玄珠。
Hổ nhảy, rồng bay gây sóng gió.
Trung ương chính vị sản huyền châu.

Trương Bình Thúc (Kim đơn tứ bách tự) nói:

Long tòng đông hải lai, 龙从东海来，
Hổ hướng tây sơn khởi. 虎向西山起，
Lưỡng thú chiến nhất tràng, 两兽战一场，
Hoá tác nhất hoằng thủy. 化作一泓水。
Rồng từ đông hải tới,
Hổ tự tây sơn lại.
Hai bên đánh một trận,
Biến thành dòng nước trôi.

Long Hổ giao cấu là Tam Nguyên hợp nhất, cốt là hợp Kiền Khôn, giao Khảm Ly, thốc Âm Dương, hợp Tính Mệnh, để cái gì là Hai thì hợp thành Một. Cả đến Cửu Cung, Bát Quái,

Thất Chính[90], Lục Vị (lục hào), Ngũ Hành, Tứ Tượng, Tam Tài, những cái đó đều sinh ra từ hai, tất cả đếu phải qui về một vậy.

Nhất là: Hữu vật hỗn thành, tiên thiên địa sinh. 有物混成、先天地生

Có một đấng an nhiên tự hữu.

Trước đất trời vĩnh cửu tự thành.

Lớn thanh là Ngôi Nhất, khi nó lưu hành nên gọi là Khí. Khi nó ngưng tụ, thì gọi là Tinh. Khi nó tác dụng thì gọi là Thần. Thoạt đầu là Thái Cực vừa phân, sau phân hai thành Lưỡng Nghi, rồi ngày lại một ngày càng lúc càng suy thoái. Cho nên Thánh Nhân hiểu điều cốt yếu của Trời Đất, hiểu nguồn mạch biến hoá, nên mới thu Tính từ Thủy Phủ (Hạ đơn điền), chiêu Thần từ Linh Quan, đem về khiếu Huyền Tẫn (Nê Hoàn Cung) để cùng tổ khí hội hợp, Tam Gia (Nguyên Thần, Nguyên Khí, Nguyên Tinh) tương kiến, hợp thành nhất thể.

Trước là ngưng thần qui hỗn độn, sau là Tịch Chiếu hàm Hư Không, bão nhất vô ly, thế gọi là cái Diệu Đạo hoàn nguyên phản bản vậy.

Kinh thư nói:

Nhân tâm duy nguy, 人心唯危，

Đạo tâm duy vi. 道心唯微，

Duy tinh duy nhất, 唯精惟一，

Doãn chấp quyết trung. 允执厥中。

Lòng của trời siêu vi, huyền ảo,

Lòng con người điên đảo ngã nghiêng.

Tinh ròng chuyên nhất ngày đêm,

Ta càng ra sức giữ nguyên lòng trời.

Thế là nói Thần và Tính hợp nhất lại, ở nơi Huỳnh trung, và giữ chắc lấy nó. Cái đó chính là đạo thống chân truyền của Thuấn, Nghiêu, cái học vấn tông chỉ của vạn thánh xưa nay.

[90] Nhật, Nguyệt, Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ

墊藏氣穴圖

水鄉鉛　黑虎髓　多寶藏　造化爐　灝氣門　辟闔處

混沌生前混沌圓個中消息不容傳
劈開竅穴竅中竅路破天中天外天
斗柄逆旋方有象台光返照始成仙
一朝撈得潭心月覷破胡僧面壁禪

得灝氣之門
所以收其根
知元神之囊
所以蹈其光
若螺内守若
石中藏所以
爲珠玉之房

不思善兮不思惡個裏至人活潑潑
刹那裂破鴻蒙殼進出一靈真大約
大約出兮光爍爍頓悟頓修成妙覺
覺妙玄通跨鶴歸勝蓮花界逍遥樂

窅冥府　地黄男　無盡藏　偃月爐　生殺捨　真金鼎

靜虛非枯
寂中有未
發中中有
亦何有無
之即頑空

常寂而常
照不起寂
照相當明
而當覺不
起明覺想

金月靈氣橐北嬰玄曲
華魄根穴籥海兒冥江

玄生死華玉蓬育呆真
竅門户池兔壺胞嬰鉛

長胎住息之鄉
神御氣氣留神
不可須臾離也

心依息息歸心
豈容毫發殊哉
安身立命知竅

TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT ĐỒ - 蛰藏气穴图

(Nội dung trong đồ hình)

Thủy hương diên 水乡铅
Hắc hổ tủy 黑虎髓
Đa bảo tạng 多宝藏
Tạo hóa lô 造化炉
Hạo khí môn 灏气门
Tịch hạp xứ 辟阖处
Yểu minh phủ 窅冥府
Địa hoàng nam 地黄男
Vô tận tạng 无尽藏
Yển nguyệt lô 偃月炉
Sinh sát xá 生杀舍
Chân kim đỉnh 真金鼎

Hỗn độn sinh tiền dỗn độn viên, 混沌生前混沌圆
Cá trung tiêu tức bất dung truyền. 个中消息不容传
Phách khai khiếu huyệt, khiếu trung khiếu, 劈开窍穴窍中窍
Lộ phá thiên trung, thiên ngoại thiên. 路破天中天外天
Khiếu này vốn có tự xa xưa,
Tin tức bên trong chẳng lộ ra.
Mở rộng khiếu này vào trong tận,
Bên trong sẽ thấy đất trời xa.

Đẩu bính nghịch tuyền phương hữu tượng, 斗柄逆旋方有象
Đài quan phản chiếu thủy thành tiên. 台光返照始成仙
Nhất chiêu lao đắc đàm tâm nguyệt, 一朝捞得潭心月
Thứ phá Hồ Tăng diện bích thiền. 觑破胡僧面壁禅
Đẩu bính ngược xoay có bốn mùa,
Linh Đài phản chiếu sẽ thành tiên.
Ngày nào mà được trăng trong nước,
Sẽ thấy Đạt Ma diện bích thiền.

Bất tư thiện hề, bất tư ác, 不思善兮不思恶
Cá lý chi nhân hoạt bát bát. 个里至人活泼泼
Sát na diệc phá hồng mông xác, 刹那裂破鸿蒙壳
Tiến xuất nhất linh chân đại dược. 进出一灵真大约
Không nghĩ thiện hề, không nghĩ ác,
Chí nhân do đó sống phây phây.
Đan điền nếu đã vào trong được,
Sẽ có đại đan lấy đem ra.

Đại dược xuất hề quang thước thước, 大约出兮光烁烁
Đốn ngộ đốn tu thành diệu giác. 顿悟顿修成妙觉
Giác diệu huyền thông khóa hạc qui, 觉妙玄通跨鹤归
Thắng Liên Hoa giới tiêu diêu lạc. 胜莲花界逍遥乐
Đại dược sinh rồi sáng sáng ghê,
Đốn ngộ đốn tu thành diệu giác.
Biết lẽ diệu huyền, cưỡi hạc qui,
Niết bàn hạnh phúc tiêu diêu hưởng.

Đắc hạo khí chi môn, 得灏气之门
Sở dĩ thu kỳ căn[91]. 所以收其根
Tri nguyên thần chi nang, 知元神之囊
Sở dĩ thao kỳ quang. 所以蹈其光
Nhược loa nội thủ, 若螺内守
Nhược thạch trung tàng, 若石中藏
Sở dĩ vi châu ngọc chi phòng. 所以为珠玉之房
Biết cửa vào hạo khí,
Cho nên biết thu căn.
Biết túi nguyên thần đựng,
Cho nên biết thao quang.
Như ốc biết nội thủ,
Như đá có ngọc tàng,
Thế là biết phòng châu ngọc.

Hư tĩnh phi khô tịch, 虚静非枯寂
Trung hữu vị phát trung. 中有未发中
Trung hữu diệc hà hữu, 中有亦何有
Vô chi tức ngoan không. 无之即顽空
Hư tĩnh không phải ngồi khô héo,
Nói trung là vị phải chi trung.
Trung trung nếu có, hỏi có gì,
Trung mà không có, sẽ ngoan không.

Thường tịch nhi thường chiếu, 常寂而常照
Bất khởi tịch chiếu tưởng. 不起寂照相
Dương minh nhi đương giác, 当明而当觉
Bất khởi minh giác tưởng. 不起明觉想
Biết ngồi tĩnh định tâm thường chiếu,
Thường chiếu nhưng mà chẳng để tâm.
Dương thời minh giác biết mọi lẽ,
Nhưng đừng vì thế tưởng sai lầm.

[91] Lục căn là: Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân, Ý

Chí tâm vô niệm, 至心无念
Chí thành vô tức. 至诚无息
Tức niệm khước tiêu, 息念却消
Tính mệnh hợp nhất. 性命合一
Người toàn thiện không còn niệm lự,
Bậc chí nhân, hô hấp cũng quên.
Không hít thở, chẳng tần phiền,
Rồi ra tính mệnh tự nhiên hiệp hòa.

Khí Hải 气海, Thổ Phủ 土府, Quan Nguyên 关元, Kim Hoa 金花, Nguyệt Phách 月魄, Linh Căn 灵根, Thác Thược 橐龠, Khí Huyệt 气穴, Bắc Hải 北海, Anh Nhi 婴儿, Huyền Minh 玄冥, Khúc Giang 曲江, Huyền Khiếu 玄窍, Sinh Môn 生门, Tử Hộ 死户, Hoa Trì 花池, Ngọc Thố 玉兔, Bồng Hồ 蓬壶, Dục Anh 育婴, Ngốc Bào 呆胞, Chân Diên 真铅.

Thần ngự khí, khí lưu thần, 神御气气留神
Bất khả tu du ly dã. 不可须臾离也
Tâm y tức, tức quy tâm, 心依息息归心
Khởi dung hào phát thù tai. 岂容毫发殊哉
Thần đưa Khí, Khí lại ngưng Thần,
Thần Khí đôi bên phải tương thân.
Tâm y tức, tức lại qui tâm,
Tâm tức đôi bên phải thân gần.

Trưởng thai thụ tức chi hương. 长胎住息之乡
An thân lập mệnh chi khiếu. 安身立命知窍

TRẬP TÀNG KHÍ HUYỆT CHÚNG DIỆU QUI CĂN
蛰藏气穴众妙归根

Tiết trước nói về Hấp Tụ, nói về công phu Thủ Trung Bão Nhất, tiết này nói về Trập Tàng, tức là nói về khẩu quyết Thâm Căn Cố Đế.

Hấp Tụ, Trập Tàng là hai phương tiện trong ngoài. Không có Hấp Tụ thì không thể phát tán, không Trập Tàng cũng không thể phát sinh, hai tiết này nhất quán làm một, không thể chia lìa nhau.

Khẩu quyết chỉ là đem một điểm Dương Thần nơi Tổ Khiếu xuống tàng nạp vào khí huyệt, gọi là Tống qui Thổ Phủ lao phong cố 送归土釜, 牢封固。(*Đem về Thổ Phủ giam cho kỹ*) hay còn gọi là Ngưng thần nhập khí huyệt 凝神入气穴。

Huyệt này trong ngoài có hai khiếu. Ngoại Khiếu như là quả đào, quả hạnh. Nội Khiếu như là Nhân trong Quả. Cổ tiên có nói:

Hỗn độn sinh tiền hỗn độn viên,	混沌生前混沌圆，
Cá trung tiêu tức bất dung truyền.	个中消息不容传，
Phách khai khiếu nội, khiếu trung khiếu,	劈开窍内窍中窍，
Đạp phá thiên trung, thiên ngoại thiên.	踏破天中天外天。

Khiếu này vốn có tự xa xưa,
Tin tức bên trong chẳng lộ ra.
Mở rộng khiếu này vào trong tận,
Bên trong sẽ thấy đất trời xa.

Cái khiếu trong đây, Phật tôn xưng là Không bất Không, là Như Lai Tạng. Lão xưng là Huyền hựu Huyền, Chúng Diệu Môn. Bạch Hải Thiềm cũng nói:

Vô để viết thác,	无底曰橐
Hữu khổng viết thược.	有孔曰籥
Trung gian nhất khiếu,	中间一窍
Vô nhân mô trước.	无人摸着

Không đáy là thác. Có lỗ là thược.
Trong có một khiếu. Không ai mò được.

Tất cả nói về cái Khiếu trong Khiếu này.

Khiếu này là nguồn của Âm Dương, là nhà của Thần Khí, là căn của Thai Tức, là Tổ của Hô Hấp.

Thai là phủ để tàng Thần, Tức là nguồn của Hóa Thai, Thai sinh Tức (hơi thở), Tức nương Thai mà trụ.

Cái khiếu này chính là cơ sở của thần tiên dùng làm nơi Trường Thai, Trụ Tức.

Trời Đất tuy lớn nhưng cũng chỉ có một cái thai. Nhật Nguyệt vãng lai, Đẩu Bính tuyền chuyển, chính là Chân Tức vậy. Sao chẳng xem kinh sách của Tam Giáo?

Dịch kinh viết: Thành tính tồn tồn, đạo nghĩa chỉ môn. 成性存存, 道义之门。

Tính trời cố giữ chính trung,
Mở đường Đạo Nghĩa, dặm chừng vân du.

Đạo Đức Kinh viết: Huyền chi hựu huyền, Chúng diệu chi môn. 玄之又玄, 众妙之门。

Huyền linh khôn xiết, huyền vi khôn lường.
Ấy là Chúng Diệu môn.
Cửa thiêng phát xuất mọi nguồn huyền vi.

Di Giáo kinh nhà Phật viết: Chế chi nhất xứ, vô sự bất biện 制之一处, 无事不辨。(*Tâm chế hiện mọi sự, mọi sự sẽ nên công*).

Tất cả đều chỉ về cái cơ hô hấp của các bật Chân Nhân. Nhưng cơ hô hấp của Chân Nhân là ở chỗ nào?

Xưa ta nghe Thầy nói: Dấu Chân Tinh trong Phủ yểu minh. Kết Thai Tức trong Đơn Nguyên Cung. Trên Đỏ, dưới Đen, tả Xanh, hữu Bạch. Trung ương là Huỳnh Đình. Đó chính là Chân Nhân Hô Hấp chi xứ. Nó nằm sau Rốn, trước Thận, dưới Huỳnh Đình, trên Quan Nguyên.

Tức như Huỳnh Đình kinh viết:

Thượng hữu huỳnh đình, hạ Quan Nguyên. 上有黄庭下关元，

Hậu hữu u khuyết, tiền mệnh môn. 后有幽阙前命门

Đó là như vậy.

Liêu Thiềm Huy viết:

Tiền đối tề luân, hậu đối thận. 前对脐轮后对肾，

Trung gian hữu cá chân kim đỉnh. 中间有个真金鼎

Phía trước là rốn, phía sau thận.

Trung gian sẽ có chân kim đỉnh.

Khi đã biết được nơi đó, sẽ An Thần nơi Khiếu đó. Như rùa ẩn mình, như rắn đi núp, như trai ngậm ngọc, như cóc nhịn thở, miên miên, liên tục, hết sức tự nhiên, như không xen vào, tưởng có mà không có, tưởng không mà không không. Thu dẫn đến làng Vô Hà Hữu, vận tàng đến chốn Hạp Tịch Xứ.

Sau đó ít lâu, hô hấp sẽ hòa hài, Thần Khí sẽ ôm nhau, kết thành Đơn Mẫu, ở tại Đan Điền. Ngoài sẽ cảm chiêu được Thiên Địa Linh Dương chính khí, trong sẽ cầm chế được anh hoa của Diên Hống trong người.

Nếu Bắc Thần đã cư kỳ sở, thì chúng tinh sẽ chầu về. Lâu dần, Thần Khí sẽ qui căn, tính mệnh sẽ hợp nhất, và đại dược đã thai dựng bên trong.

Nhưng ngưng Thần, điều Tức đều có khẩu quyết, nếu không, sợ Tư Lự chi Thần sẽ giao nhầm với Khí Hô Hấp, mà kết thành Ảo Đơn, phản hại Dược Vật. Cho nên Tiên Ông nói:

Điều tức yêu điều chân tức tức. 调息要调真息息，

Luyện thần tu luyện bất thần thần. 炼神须炼不神神。

Điều tức phải điều chân tức tức.

Luyện thần phải luyện bất thần thần.

Hoàng Đế Âm Phù kinh viết:

Nhân tri kỳ Thần chi Thần, 人知其神之神，

Bất tri Bất Thần chi sở dĩ Thần. 不知不神之所以神。

Bất Thần là Tính, vì Tính là Căn của Thần. Thần gốc nơi Tính, Tính là Thần chưa sinh. Thần mà trong sáng, Hư Linh bất muội là Chân Tính vậy.

Tiên Cô (Đại Đạo ca) viết:

Ngã vị chư quân thuyết đoan đích, 我为诸君说端的，

Mệnh đế tòng lai tại chân tức. 命蒂从来在真息。

Ta vì chư quân nói đầu đuôi,

Gốc gác mệnh kia là chân tức.

Chân Tức là Mệnh. Vì Mệnh là gốc của Khí, Khí gốc nơi Mệnh. Mệnh là Khí chưa sinh. Nhân uân trong Khí, không hề ngừng nghỉ, là Chân Mệnh vậy[92].

Cái Thần không phải Thần ấy, với cái Chân Tức chi Tức, hai cái đó chính là Chân Phu Thê, Chân Âm Dương, Chân Long Hổ, Chân Tính Mệnh, hữu kết thành một vật, dung hợp ở một nơi, đả thành nhất phiến, đem về đoàn luyện tại một lò, hay gọi là Ngưu Nữ tương phùng, Huyền Tẫn tương hợp, Ô Thố đồng huyệt, Nhật Nguyệt đồng cung, Hồn Phách tương đầu, Kim Hỏa hồn dung. Tóm lại, chỉ là phép Ngưng Thần Nhập khí mà thôi.

Chỉ vì Thần không li Khí, Khí không li Thần, Thần Khí trong thân ta kết hợp, thì Tính Mệnh trong ta sẽ thấy vậy. Tính không ly Mệnh, Mệnh không ly Tính. Tính Mệnh trong thân ta mà hợp, thì cái Vị Thủy Tính chi Tính, và cái Vị Thủy Mệnh chi Mệnh đã hiện ra.

Thôi Công (Nhập Dược kính) viết: Thị tính mệnh, phi thần khí, quyền nhi ngôn chi tắc nhị, thật nhi ngôn chi tắc nhất 是性命, 非神气, 权而言之则二，实而言之则一。 (*Tính Mệnh hay Thần Khí tưởng là hai, nhưng kỳ thật là một*).

Thần Khí đã không phải nhị vật, thì Tính Mệnh cũng phải song tu. Nhưng tôn chỉ của phép Song Tu, từ lâu đã thất truyền. Hai phái Huyền (Đạo gia), Thiền (Phật gia) lại còn tranh nhau cao thấp.

Lưu Hải Thiềm nói:

Chân cá Phật pháp tiện thị Đạo, 真个佛法便是道，
Nhất cá hài nhi, lưỡng cá bão. 一个孩儿两个抱。
Phật pháp chân truyền chính là đạo,
Y như một trẻ có hai áo.

Thanh Hòa Ông viết:

Tính mệnh song tu giáo ngoại truyền, 性命双修教外传，
Kỳ trung huyền diệu, diệu nhi huyền. 其中玄妙妙而玄。
Thốc tương nguyên thủy qui vô thủy, 簇将元始归无始，
Nghịch chuyển tiên thiên tác hậu thiên. 逆转先天作后天。
Tính Mệnh Song Tu khó mà truyền,
Thật là huyền diệu, lại diệu huyền.
Quyết đem Nguyên Thủy về Vô Thủy,
Nghịch chuyển Tiên Thiên hóa Hậu Thiên.

Đầu mối này ảo diệu, không Thầy không hiểu. Khẩu quyết lại huyền vi, xin trình bày ra sau đây. Và đem lời chư tiên ấn chứng để nói ra, để những người sơ cơ hiểu được mà vào Đạo.

Chú: Bạch Ngọc Thiềm nói:

Tích nhật ngộ sư thân khẩu quyết. 昔日遇师亲口诀，
Chỉ yếu ngưng thần nhập khí huyệt. 只要凝神入气穴。
Ngày trước gặp Thầy truyền Khẩu Quyết.
Muốn nhập khí huyệt phải ngưng thần.

Khí huyệt là Nội Khiếu. Đem Thần Khí giấu vào nơi đó. Dùng Tâm không không của Như Lai, hợp với hơi thở sâu của Chân Nhân, thì Tâm Tức sẽ tương y, tức đều và Tâm tịnh, đem một điểm Chân Tâm giấu vào trong Khí, như vậy là phép Ngưng Thần nhập khí huyệt vậy.

Thần đã ngưng định nơi Khí Huyệt, thì phải thường Hồi Quang Nội Chiếu, chiếu cố không rời, thì Chân Khí tự nhiên sẽ vần xoay. Chân Tức sẽ lên lên, xuống xuống, Thủy, Hỏa, Mộc, Kim sẽ tự nhiên tiến thoái vậy.

[92] Như vậy: Tính là Thần, Mệnh là Khí

Lời ngạn ngữ của tiên xưa nói: Dục đắc trường sinh, tiên tu cửu thị 欲得长生, 先须久视。(*muốn được trường sinh, trước phải nhìn lâu*).

Nếu nhìn lâu vào Thượng Đan Điền, thì Thần sẽ trường sinh, nếu nhìn lâu vào Trung Đan Điền thì Khí sẽ trường sinh, nếu nhìn lâu vào Hạ Đan Điền thì Hình sẽ trường sinh.

Kia Nhật Nguyệt chiếu soi giữa khung trời, trai ốc hấp thụ mà có châu, ngoan thạch tàng chi mà có ngọc; huống chi Con Người, trong thân có sẵn nhật nguyệt, sao không biết hồi quang phản chiếu, để kết thành trân châu, mỹ ngọc hay sao?

Vả Thần là lửa, Khí là nước, nước nhiều thì lửa tắt, lửa nhiều thì nước cạn. Một người trung niên, đa số là Nước không thắng Lửa, chính vì vậy mà Mệnh phải sớm tiếp, dầu phải sớm thêm.

Phép Thiêm Du đã chép nơi cuối bài Cứu Hộ Mệnh Bảo trên đây, nay lại chép lại để làm tỏ rõ ra cái phép Thiên Nhân Nhất Khí.

Trong khoảng Trời Người, chỉ có một khí đóng, mở, quen thuộc với nhau, chứ không phải có hai. Khi ta hít vào, thì thiên địa chi khí từ đó phát tán, khi ta thở ra thì thiên địa chi khí từ đó thu tụ. Cái vi diệu của trời đất chính là cái cảm thông của một khí vậy.

Trời đất có thể trường cửu, chính vì trong có Hô Hấp, con người mà bắt chước được trời đất mà có hô hấp bên trong, thì có thể trường cửu như trời đất vậy.

Tào Tiên Cô nói:

Nguyên hòa nội vận, tức thành chân[93].	元和内运即成真，
Hô hấp ngoại thí, chung vi liễu.	呼吸外施终未了。
Biết thở bên trong sẽ thành tiên.	
Hô hấp bên ngoài chẳng đến đâu.	

Cái đó là Nội Hô Hấp[94].

Tiên Liễu Chân viết:

Lão Tử minh khai chúng diệu môn,	老子明开众妙门，
Nhất khai, nhất hạp ứng kiền khôn.	一开一阖应乾坤。
Quả vu võng tượng vô hình trú,	果于罔象无形住，
Hữu cá trường sinh bất tử côn.	有个长生不死根。
Lão Tử chỉ bày Chúng Diệu Môn,	
Mở ra, đóng lại ứng Kiền Khôn.	
Quả thật từ trong vô hình xứ,	
Đã có Trường Sinh Bất Tử Côn.	

Cái đó chỉ Nội Hô Hấp vậy.

Trương Bình Thúc viết:

Huyền Tẫn chi môn, thế hãn tri,	玄牝之门世罕知，
Hưu tương khẩu tị vọng thi vi.	休将口鼻妄施为。
Nhiêu quân thổ nạp kinh thiên tải,	饶君吐纳经千载，
Tranh đắc kim ô, nạch thố nhi.	争得金乌搦兔儿。
Đan điền Huyền Tẫn ít ai hay,	
Đừng đem mặt mũi để phô bày.	

[93] Nguyên Hòa=Nguyên Khí, Nguyên Thần hòa hợp

[94] Thở bằng mũi, mồm cho khí tuần hoàn vận chuyển là Ngoại Hô Hấp. Dùng Đan Điền cho khí khai hợp lưu chuyển, Càn Khôn hạp tịch, đó là Nội Hô Hấp

Dẫu anh hít thở ngàn muôn kiếp,
Kim ô, ngọc thố chẳng cùng quay.

Đó là chỉ Nội Hô Hấp vậy.

Ngoại Hô Hấp là chuyện của Sắc Thân, tiếp tế Hậu Thiên để dưỡng hình; Nội Hô Hấp là chyện của Pháp Thân, nó tài bồi Tiên Thiên để dưỡng Cốc Thần.

Hơi thở Nội Hô Hấp là do Thiên Mệnh (Tiên Thiên) mà tới, không là đồng loại không thể tương thân, cho nên thánh nhân dùng phép Phục Khí (Phục Khí là Tụ Khí tại Đan Điền) đoạt khí Trung Hoà của trời đất, nghịch thượng Song Quan, trước đổi thành sau, đạt tới Bản Căn (Đan Điền) khiến Mẫu Khí (Tiên Thiên Khí, Tổ Khí) hội hợp Tử Khí (Hậu Thiên Khí), hai khí Tử Mẫu quyến luyến nhau, và tức tức qui căn, để thành mẹ Kim Đơn.

Người xưa nói:

Phục khí bất phục khí, 伏气不服气，
Phục khí tu phục khí. 服气须伏气。
Phục khí bất trường sinh, 服气不长生，
Trường sinh tu phục khí. 长生须伏气。
Tụ khí không thực khí,
Thực khí phải tụ khí.
Thực khí không trường sinh,
Trường sinh cần tụ khí.

Khí tích tụ ở dưới, không có lối để thoát, tự nhiên sẽ đi lên tới Tủy Hải (Óc); khí tích tụ ở trên không, không biết đi đến đâu, tự nhiên sẽ đi xuống Khí Hải (Hạ Đan Điền). Nhị khí tiếp nhau, tuần hoàn vô đoan, tiên thánh xưa nay sở dĩ được trường sinh, chính là nhờ vào phép Nghịch Dụng này.

Phép này từ đấu tới cuối đều không thể bỏ.

- Trước hết là có công dụng Cứu Hộ Bổ Ích.
- Thứ hai là công phu đưa Mậu tới Kỷ[95].
- Thứ ba là công phu Thiêm Du Tiếp Mệnh[96].
- Thứ bốn là công phu Trợ Hỏa Tải Kim[97].
- Thứ năm là tuy lửa cháy rực nhưng có công phu Thủy Hỏa Ký Tế[98].
- Thứ sáu là thai thành và có công phu Mộc Dục[99].
- Thứ bảy là Ôn Dưỡng và công phu Nhũ Bộ[100].

Thế là cứu anh nhi ra khỏi khổ hải. Lúc này là lúc đã đến bờ chẳng còn cần thuyền. Lúc ấy không còn cần Phục Khí (Tụ Khí) nữa.

Vả khi con người mới sinh, ít ai có được Tính Mệnh (Nguyên Thần, Nguyên Khí) trụ ngay vào Nê Hoàn Tổ Khiếu, nhưng lại trụ vào trong trời đất, trong tâm huyết nhục, rồi tán ra ngũ quan, tứ chi bá hài. Rồi thần khí càng ngày càng hao tán, và con người sẽ chết.

Cho nên thần tiên đem phép Qui Phục dạy người Phản Bản, thế nào là Phản Bản?

---

[95] Giúp Nguyên Thần, Nguyên Khí hòa hợp
[96] Thiêm Du Tiếp Mệnh là đem Ngoại Khí và Tổ Khí cho tụ hợp sinh thành, bồi bổ Tiên Thiên Nhất Khí, cũng gọi là Thiêm Du Tục Mệnh
[97] Dùng ý dẫn Khí
[98] Nguyên Thần, Nguyên khí tương dung hòa hợp
[99] Thai thành là Nguyên Thần, Nguyên khí tự nhiên giao hợp. Mộc Dục là công trình Tẩy Tâm, Dịch Lự
[100] Ôn Dưỡng là Ôn Dưỡng Nội Đơn, Nhũ Bộ là Dương Thần vừa ra khỏi thóp, hãy còn yếu ớt, phải vào ra nhiều lần mới được thuần thục

Phản bản là đem cái gì đã phát tán ra ngũ quan, tứ chi, bá hài, thu nhiếp về Tim[101]. Cái đó gọi là Hàm Dưỡng Bản Nguyên.

Sau lại đem chúng thu nạp về giữa Đất Trời. Cái đó gọi là An Thần Tổ Khiếu.

Sau lại đem những gì đã hấp tụ được từ giữa Trời Đất đem vào Chân Nhân Hô Hấp Xứ. Cái đó gọi là Trập Tàng Khí Huyệt.

Ngày lại một ngày, Thần Ngưng Khí Tụ. Và con người sẽ sống.

Cổ Tiên viết:

Ốc phá tu dung dị[102], 屋破修容易，
Dược[103] khô sinh bất nan. 药枯生不难。
Đãn tri qui phục pháp, 但知归伏法，
Kim bảo tích như sơn. 金宝积如山。
Nhà nát dễ dàng sửa,
Thuốc hết, có lại thường.
Cần biết Qui Phục Pháp,
Châu báu tựa núi non.

Lúc ấy, Kiền Thể sẽ bồi hoàn, Khí Số sẽ tiếp tục, sẽ chu toàn được cái gì cha mẹ đã cho, cái gì Trời Đất đã phú, và Chân Hống sẽ được tám lạng, Chân Diên sẽ vừa nửa cân, Khí như trẻ nít, Tâm như trẻ con. Âm Dương sẽ hợp nhất, bất tương phân.

Hơi thở ra sẽ nhè nhẹ, hơi thở vào sẽ dài dài, càng ngày càng đều, càng ngày càng định. Lâu sau hơi thở tự nhiên sẽ dừng. Nội khí không ra, ngoại khí phản tiến. Thế là Thai Tức qui nguyên, thế là Chúng Diệu Qui Căn vậy.

Lã Tri Thiên nói: Nhất tức tạm đình, phương khả đoạt thiên địa tạo hoá 一息暂停, 方可夺天地造化。(*Hơi thở mà ngưng, mới có thể đoạt Thiên Địa Tạo Hóa*).

Trình Y Xuyên nói: Nhược phi khuy tạo hóa chi cơ, an năng trường sinh? 若非窃造化之机, 安能长生？(*Nếu không thấy được cơ vi ảo diệu của hóa công, thì làm sao mà trường sinh?*).

Ông Bảo Quang nói: Nhất khắc chi Công Phu, khả đoạt thiên địa nhất niên chi khí số 一刻之工夫, 可夺天地一年之气数。(*Biết công phu một khắc, là lấy được khí số một năm của trời đất*).

Lời ba lão trượng trên chẳng lẽ sai sao?

Vì lúc Chân Tức vừa ngưng, hít vào không Tích Tụ, thở ra không Phân Tán, thể như Hư Không, tự nhiên nhập định. Khi đã nhập định, trong ngoài sẽ hợp nhất, động tĩnh sẽ không còn, tuyền ky dừng bánh, nhật nguyệt hợp bích.

Vạn lý âm trầm xuân khí hợp, 万里阴沉春气合，
Cửu tiêu thanh triệt lộ hoa ngưng. 九霄清彻露华凝。

Thật là vi diệu thay! Đó là Chân Cảnh của Âm Dương Giao Cảm. Lúc ấy Nguyên Tinh sẽ trổ hoa, Kiền Kim sẽ lìa tạp khoáng vậy.

Lúc ấy Hỗn Độn sẽ trùng tân khai mở, nhập lại vào bào thai, sẽ nở ra hoa Vô Lậu, sẽ sinh ra quả Bồ Đề, nếu không phải là những người vốn có Tiên Cốt, thì sẽ không hiểu được vi diệu của Đạo Lý này.

Đó cũng là khẩu quyết trong Huỳnh Đình Nội Cảnh.

Hậu hữu mật hộ, tiền hữu môn, 后有密户前生门，
Xuất Nhật nhập Nguyệt hô hấp tồn. 出日入月呼吸存。

---

[101] Thế là bỏ Ngũ Thức
[102] Hình thể
[103] Nguyên Thần, Nguyên Khí

Đó là khẩu quyết của Lý Trường Nguyên (Hỗn Nguyên Bảo Chương).

Khẩu tựu Chân Nhân hô hấp xứ, 只就真人呼吸处，
Phong giao Xá Nữ vãng lai phi. 放教姹女往来飞。
Chỉ tại Chân Nhân hô hấp xứ.
Mới để Chân Thần được vãng lai.

Đó là khẩu quyết của Hứa Tinh Nhật (Túy Tự Tiên Ca).

Nội giao chân khí tồn hô hấp, 内交真炁存呼吸，
Tự nhiên tạo hoá phản đồng nhan. 自然造化返童颜。
Thần Khí nội giao ngừng hô hấp,
Tự nhiên trẻ lại tựa trẻ con.

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm (Hoàn Nguyên thiên).

Tây phương kim mẫu tối kiên cương, 西方金母最坚刚，
Tẩu nhập Nhâm gia Thủy lý tàng. 走入壬家水里藏。
Phế khí nhập Đan Điền, cùng với Tổ Khí giao.

Đó là khẩu quyết của Tiết Tử Hiền (Thục Mệnh thiên).

Yếu tri đại đạo Hi Di lý, 要知大道希夷理，
Thái Dương di tại Nguyệt Minh trung. 太阳移在月明中。
Nên biết huyền vi của đại đạo,
Nhật nguyệt kề vai tại trung cung.

Đó là khẩu quyết của Lư Hải Thiềm (Hoàn Kim thiên).

Tiên hiền minh lộ đan điền chỉ, 先贤明露丹田旨，
Kỷ độ Linh Ô túc Quế Kha. 几度灵鸟宿桂柯。
Hiền thánh chỉ bày đan điền võ,
Mấy độ nguyên thần trợ quế gia.

Đó là khẩu quyết của Trần Mặc Nhiên (Sùng Chính thiên).

Lưỡng ban linh vật thiên nhiên hợp, 两般灵物天然合，
Ta tử thần cơ giá lý cầu. 些子神机这里求。
Nguyên Thần, Tổ Khí thiên nhiên hợp,
Thiên cơ diệu lý chính là đây.

Đó là khẩu quyết của Thích Giám Nhiên (Thanh Liên kinh).

Cổ phật chi âm siêu động tĩnh, 古佛之音超动静，
Chân nhân chi tức tự du ti. 真人之息自游丝。
Cổ phật âm thanh siêu động tĩnh,
Chân nhân thai tức nhẹ như không.

Đó là khẩu quyết của La Niêm An (Thai Tức thiên).

Nhất tức tiệm tùy vô niệm yểu, 一息渐随无念窅，
Bán tỉnh vi giác hữu thân phù. 半醒微觉有身浮。
Niệm lự không còn, thở cũng không,
Chập chờn thân xác nhẹ như không.

Đó là khẩu quyết của Bát Nhã tôn giả để đáp Đông Ấn Độ Quốc Vương.

Xuất tức bất tùy vạn duyên, 出息不随万缘，
Nhập tức bất cư uẩn giới. 入息不居蕴界。
Xuất tức bất tùy thân ngoại sự,
Nhập tức không nương ngũ uẩn trung.

Đó là khẩu quyết của Ngạc Duyên Hoa (Khí Huyệt đồ).

Thủy ngân thật mãn hồ lô lý, 水银实满葫芦里，
Phong cố kỳ khẩu trí thâm thủy. 封固其口置深水。
Nguyên thần tổ khí tụ đan điền,
Cẩn thận ngậm miệng để gây rượu.

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm:

Vạn vật sinh giai tử, 万物生皆死，
Nguyên thần tử phục sinh. 元神死复生。
Dĩ thần qui khí huyệt, 以神归气穴，
Đơn đạo tự nhiên thành. 丹道自然成。
Vạn vật sinh đều chết,
Nguyên thần chết lại sống.
Để thần về khí huyệt,
Đan đạo tự nhiên thành.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am.

Qui căn tự hữu qui căn khiếu, 归根自有归根窍，
Phục mệnh ninh vô phục mệnh quan. 复命宁无复命关。
Đạp phá lưỡng trùng tiêu tức tử, 踏破两重消息子，
Siêu phàm nhập thánh thí như nhàn. 超凡入圣譬如闲。
Qui căn đã có qui căn khiếu,
Phục mệnh sao không phục mệnh quan.
Nếu ai nhận rõ hai lẽ ấy,
Siêu phàm nhập thánh chẳng khó khăn.

Đó là khẩu quyết trong Quần Tiên Châu Ngọc.

Tâm tư diệu, ý tư huyền, 心思妙, 意思玄，
Tề gian nguyên khí kết thành đan. 脐间元气结成丹。
Cốc thần bất tử nhân thai tức, 谷神不死因胎息，
Trường sinh môn hộ yếu miên miên. 长生门户要绵绵。
Tâm ý suy tư lẽ diệu huyền.
Nơi rốn nguyên thần kết thành đan.
Cốc Thần bất tử nhờ thai tức.
Cách cửa trường sinh mở rộng luôn.

Đó là khẩu quyết của Lưu Hải Thiềm.

Chuyên khí chí nhu thần cửu lưu, 专气致柔神久留，
Vãng lai chân tức tự du du. 往来真息自悠悠。
Miên miên di lị qui nguyên mệnh, 绵绵迤逦归元命，
Bất cấp linh tuyền thường tự lưu. 不汲灵泉常自流。
Dùng thần ngự khí, thần cửu lưu,
Chân tức qua lại nhẹ như tơ.
Quanh co lui tới lưu tổ khiếu,
Kết thành thai tức thường tự lưu.

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử:

Nhất thân thượng hạ định trung ương, 一身上下定中央,
Thận tiền tề hậu hiệu huỳnh phòng. 肾前脐後号黄房。
Lưu mậu tác môi tương tựu kỷ, 流戊昨媒戕就己,
Kim lai qui tính hạ tân lang. 金来归性贺新郎。
Con người trên dưới định Trung Ương,
Rốn sau thận trước ấy đan điền.
Nguyên thần, nguyên khí đan điền hạ,
Thần khí giao bôi nhạc êm êm.

Đó là khẩu quyết của Trần Chí Hư

Nhất điều trực lộ thiểu nhân tầm, 一条直路少人寻，
Phong hổ, vân long tự khiếu ngâm. 风虎云龙自啸吟。
Tọa định cánh tri hành khí chủ, 坐定更知行气主，
Chân nhân chi tức hựu thâm thâm. 真人之息又深深。
Một con đường thẳng ít người tầm,
Nguyên thần, nguyên khí giao phối thân.
Tu thiền nhập định cần chính niệm,
Thai tức miên miên lại thâm thâm.

Đó là khẩu quyết của Đại Thành tập:

Viên bất viên lai, phương bất phương, 圆不圆来方不方，
Sâm la thiên địa ám bao tàng. 森罗天地暗包藏。
Như kim nội ngoại lưỡng tầng bạch, 如今内外两层白，
Thể tại trung ương nhất điểm hoàng. 体在中央一点黄。
Tròn chẳng ra tròn, vuông chẳng vuông,
Trời đất bao la vốn thâu gồm.
Nội ngoại đôi bên hai tầng trắng,
Thể tại trung ương một điểm vàng.

Đó là khẩu quyết của Bão Phác Tử:

Tức điều tâm tịnh thủ huỳnh đình, 息调心净守黄庭，
Nhất bộ hồn toàn viên giác kinh. 一部浑全圆觉经。
Ngộ khước thử thân do thị ảo, 悟劫此身犹是幻，

Bồ đoàn tọa thượng yếu tinh tinh. 蒲团坐上要惺惺。
Điều tức tịnh tâm giữ huỳnh đình,
Khiến cho linh giác được mãn viên.
Biết được thân này là ảo ảnh,
Bồ đoàn ngồi vững ấy tu thiền.

Đó là khẩu quyết của Trần Hư Bạch.

Kinh doanh Ngân Ngạc thể hư vô, 经营鄞鄂体虚无，
Tiện bả nguyên thần lý diện cư. 便把元神里面居。
Tức vãng tức lai, vô gián đoạn, 息往息来无间断，
Thánh thai thành tựu hợp nguyên sơ[104]. 圣胎成就合元初。
Luyện chế nội đơn, hiểu hư vô,
Nguyên thần tự tại đan điền cư.
Tức vãng túc lai, vô gián đoạn,
Kim đơn thành tựu hợp nguyên sơ.

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thành (Trung Hòa tập).

Đế quan Tam Giáo thánh nhân thư, 谛观三教圣人书，
Tức chi nhất tự tối giản trực. 息之一字最简直。
Nhược vu Tức thượng tố công phu, 若于息上做功夫，
Vi phật vi tiên bất lao lực. 为佛为仙不劳力。
Tức duyên đạt bản THIỀN chi cơ, 思缘达本禅之机，
Tức Tâm minh lý, NHO chi cực. 息心明理儒之极，
Tức Khí ngưng Thần ĐẠO chi huyền, 息气凝神道之玄。
Tam Tức tương tu vô bất khắc. 三息相须无不克。
Đọc kỹ tam giáo thánh nhân sách,
Chỉ một chữ Tức rất giản trực.
Nếu trên chữ Tức biết công phu,
Thành Phật, thành Tiên không phí sức.
Tức Duyên Đạt Bản là THIỀN cơ,
Tức Tâm Minh Lý, là NHO tột.
Tức Khí Ngưng Thần là ĐẠO huyền,
Biết hợp tam gia đạo sẽ thành

*

* *

THAI TỨC QUYẾT

Viên Thiên Cương thai tức quyết

Nguyên Khí là căn cơ Đại Đạo, là phụ mẫu của Thiên Địa. Một Âm, một Dương sinh dưỡng vạn vật. Nơi con người là Khí Hô Hấp. Trên trời là Khí Hàn Thử. Đó là Khí thay đổi được bốn mùa. Mùa Xuân ở quẻ Tốn (Đông Nam), có thể sinh vạn vật; mùa Hạ ở quẻ Khôn (Tây Nam) có thể trưởng dưỡng vạn vật; mùa Thu tại Kiền (Tây Bắc) làm cho vạn vật chín mùi, thành tựu; mùa Đông tại Cấn (Đông Bắc) có thể hàm dưỡng vạn vật.

[104] Khuê Chi viết: Mộc trung sinh Hồn, Kim trung sinh Phách, Hồn Phách ngưng nhiên, vị chi Ngân Ngạc

Cho nên học giả cần nắm giữ được Chính Khí bốn mùa, nạp vào thai trung, đó là Chân Chủng. Tích tụ Khí đó lâu ngày, thì Tâm sẽ định, Thần sẽ định, Tức sẽ định, Long Hổ tương hội kết thành thánh thai, gọi là Chân Nhân Thai Tức.

Thái Thủy Thị thai tức quyết

Đạo là Thái Hư, Thiên Địa nhật nguyệt đều sinh từ Thái Hư. Cho nên Thiên Địa là Chân Thai, Nhật Nguyệt là Chân Tức vậy.

Con người có thể cùng Thái Hư đồng thể, thì Thiên Địa là Thai ta, Nhật Nguyệt là Hơi Thở ta. Thái Hư bao la, thì ta cũng bao la. Như vậy con người có thể siêu xuất Thiên Địa, Nhật Nguyệt, mà hòa hợp với Thái Hư, trở thành con người có Hỗn Độn Nhất Khí vậy.

Đạt Ma Tổ Sư thai tức kinh

Thai vì phục khí (tụ khí) mà kết. Khí là do hơi thở của thai. Khí nhập vào Thân thì sinh, Thần mà ly Hình thì gọi là tử. Biết nhờ thần khí nên mới trường sinh, thì phải lấy hư vô mà dưỡng thần khí. Thần hành thì Khí hành, Thần trụ thì Khí trụ. Muốn được trường sinh Thần Khí phải quán trú, tâm bất động niệm, vô lai, vô khứ, bất xuất, bất nhập, tự nhiên thường trụ, cú siêng năng thực hành, thì đó là Chân đạo lộ.

Trương Cảnh Hòa thai tức quyết

Chân Huyền, Chân Tẫn, tự hô, tự hấp, như cá trong hồ xuân, như trăm loại trùng núp trong đất (cá trong hồ, trùng trong đất phải nhờ ngoại khí mời sống) hạo khí dung dung, Linh phong tập tập[105], không đục không trong[106], không phải mồm, không phải mũi[107], không lại, không đi, phản bản, hoàn nguyên, ấy là Chân Thai Tức[108].

Vương Tử Kiều thai tức quyết

Người tu sĩ phải hiểu 4 thời Tý, Ngọ, Mão, Dậu vì đó là cửa ra vào của Âm Dương[109].

Nhập định, ngừng tạp niệm thì gọi là thiền.

Nguyên thần thông hòa, biến thân mọi sự, đó gọi là linh.

Trí biết phán đoán vạn vật, đó gọi là tuệ.

Đạo và khí hòa hài, tương hợp đó gọi là tu.

Chân khí qui nhập đan điền đó gọi là luyện.

Nguyên thần, nguyên khí hòa hài, đó gọi là đơn thành.

Liên lạc, dung thân được Tam Đan Điền thì gọi là Liễu (Thành công).

Cứ theo phép này mà tinh tiến tu luyện dần dần, thì sẽ đạt trường sinh bất lão vậy.

Hứa Thê Nham thai tức quyết

Phàm người tu đạo phải biết Nội Quan, để diệt Tam Thi[110], và khu trừ Lục Tặc[111].

Phải biết tụ khí về Đan Điền, định tâm ở Giác Hải, Tâm định Thần sẽ an, Thần an Khí sẽ trụ, Khí trụ Thai sẽ trưởng. Thai trưởng là do khí trụ. Không biết thở không thành được Thai, không thai sẽ không thở. Biết thở sẽ trưởng dưỡng được thai. Trụ tức trường thai là Thánh Mẫu, Thần Hài. Cho nên nói: Thai tức định, nhi Kim Mộc giao, Tâm ý ninh, nhi Long Hổ hội (*Thai tức định, thì Kim Mộc hợp*[112]*, tâm ý có ninh tĩnh, thì Thần, Khí mới hòa hài*).

---

[105] Chân Tức hợp dung như gió xuân hây hẩy

[106] Vì Chân Tức không phải là ngoại khí, nên trong có trong đục

[107] Vì Chân Tức không phải thở bằng mũi, mồm nên không gọi là có đi lại, hay ra vào

[108] Khí này như vậy đã phản bản, hoàn nguyên, nên gọi là Chân Thai Tức

[109] Xuân Hạ là Dương, Thu Đông là Âm; Cuối Đông là lúc Âm suy Dương sinh; Cuối Hạ là lúc Dương suy Âm sinh. Xuân Hạ chi giao là lúc Dương thịnh, Thu Đông chi giao là lúc Âm thịnh, người tu đạo phải biết lẽ Âm Dương thăng giáng tiêu trưởng để mà luyện Nguyên Thần, Nguyên Khí

[110] Tam Thi là 3 Du Thần trong người: Thần Bành Cứ ở Não Hải, Thần Bành Chất ở Minh Đường, Thần Bành Kiểu ở bụng

[111] Lục Tặc là Lục Thức: Nhãn, Nhĩ, Tị, Thiệt, Thân, Ý

[112] Nguyên Thần, Nguyên Khí tương hợp

Vương Phương Bình thai tức quyết

Phàm muốn tu hành, trước hết phải định tâm, khí. Tâm khí mà định thì thần sẽ ngưng. Thần ngưng tâm sẽ an. Tâm an khí sẽ thăng. Khí thăng sẽ quên cảnh. Quên cảnh sẽ thanh tĩnh. Thanh tĩnh sẽ vô vật. Vô vật thời mệnh toàn, thời đạo sẽ sinh. Đạo sinh tướng sẽ tuyệt. Tướng tuyệt sẽ giác minh. Giác minh sẽ thần thông.

Kinh viết: tâm thông, vạn pháp thông. Tâm tĩnh, vạn pháp diệt.

Xích Độ Tử thai tức quyết

Khí Huyệt, người xưa gọi là Sinh Môn, Tử Hộ, hoặc là Thiên Địa chi Căn. Nếu Thần ngưng ở đó, lây ngày, Thần Khí sẽ sung vượng. Thần sung vượng, Khí sẽ thư sướng. Khí thư sướng, Huyết Khí sẽ sung mãn. Khí Huyết sung mãn, gân cốt sẽ mạnh mẽ. Gân cốt mạnh mẽ, xương tủy sẽ thịnh mãn. Xương tủy thịnh mãn, ruột gan sẽ no đầy, hạ thể sẽ khinh kiện, đi đứng sẽ nhẹ nhàng. Hoạt động không mệt, tứ chi sẽ khang kiện mặt mũi sẽ trẻ đẹp, con người sẽ sống gần thần tiên.

Tính Không Tử thai tức quyết

Bản thể của ta vốn tự viên minh. Viên Minh là Chân Thai của Trời Đất trong thân ta.

Bản thể của ta vốn không tịch. Không Tịch là Chân Tức của Nhật Nguyệt trong thân ta. Chỉ có trời đất trong thân ta mới có Chân Thai (kim đơn) mà thôi. Vì kim đơn trong trời đất và kim đơn trong ta có thể hỗn hợp mà thành kim đơn trong ta. Nhân vì Nhật Nguyệt trong ta có Thai Tức, cho nên Thai Tức của Nhật Nguyệt và Thai Tức trong ta có thể hỗn hợp mà thành Thai Tức trong ta. Vì Bản Thể của ta vốn là Hư Vô, cho nên cái Hư Không của Thái Hư với cái Hư Không của Bản Thể ta có thể dung hợp để thành cái Hư Không trong ta vậy.

Ảo Chân tiên sinh thai tức quyết

36 lần nuốt. Trước mỗi lần nuốt phải nhả. Nhả phải nhè nhẹ, nạp phải miên miên. Nằm ngồi cũng vậy, đi đứng cũng thế. Không được thâu hút tạp khí, kỵ hôi tanh. Tạm gọi là Thai Tức, thực ra là Nội Đơn. Có thể trị bệnh, có thể diên niên; lâu ngày tên sẽ nêu trên bảng Thượng Tiên.

Các khẩu quyết trên về Thai Tức. Chỉ là nói đại lược, tất cả đều ghi trong đan kinh không thể kể hết.

Trập tàng công phu (Đem Thần Khí phục ẩn, hàm tàng tại Đan Điền Khí Huyệt), cũng như vạn vật tàng ẩn trong lòng đất, cũng như thiên khí giáng xuống đất. Thần Khí giao hợp, cũng như Địa Đạo thuận thừa Thiên Đạo.

Tham Đồng Khế nói: Hằng thuận Địa lý; thừa Thiên bố tuyên (*luôn theo địa lý, hưởng sương móc của trời*). Dịch kinh viết: Chí tại Khôn Nguyên, vạn vật tư sinh.

Khôn Nguyên cao trọng biết bao.

Muôn loài đều phải nương vào cầu sinh.

Vào tháng 10 thuần Khôn, thì vạn vật sẽ qui căn, côn trùng sẽ chui vào hang ổ, thu hình nép bóng, vạn vật sẽ bế tắc thành Đông. Mùa Đông tuy chủ Bế Tàng, nhưng đến năm sau, thì công trình phát dục lại từ đó nảy sinh, thế chính là vạn vật đã phôi thai lại từ đó.

Thực ra Nhất Dương không phải sinh ra từ quẻ Phục, mà sinh từ quẻ Khôn. Khôn tuy là Âm, nhưng trong Âm có Dương, và Đại Dược cũng sinh từ đấy. Lúc Đại Dược sinh, cũng như đàn bà khi mới hoài thai, phải bảo toàn Chân Chủng, không được phóng dật. Đi đứng phải hẳn hoi, ẩm thực phải tiết dục, tránh phiền não, giận hờn, ngoài không được làm lụng vất vả, trong không được lao tâm khổ tứ. Đi đứng nằm ngồi nhất nhất phảo có qui củ. Đi phải đi trên đường bằng phẳng, phải ngưng thần vào Thái Hư, ngồi phải thở cho hẳn hoi, nằm phải chắt chiu viên ngọc ở nơi Hạ Đan Điền. Hành trú, tọa, ngọa lúc nào cũng để ý tới nó.

Lời bàn của dịch giả

I. Bàn về Thai Tức:

Chương này nói nhiều về Thai Tức, nhưng không định nghĩa Thai Tức là gì?

Tôi tìm hiểu và định nghĩa thai tức.

1. Thai Tức còn được gọi là "Tề hô hấp", "Đan điền hô hấp", nghĩa là không dùng mũi mồm để thở, nhưng lại hô hấp tựa như bằng rốn, kiểu như thai nhi. Vì thế gọi là thai tức. Bảo Phác Tử nói: "Được thai tức là không hô hấp bằng mũi mồm, mà như là bào thai" (*Đắc thai tức giả, năng bất dĩ khẩu tị hô hấp, như tại bào thai chi trung*).

"Hô hấp chân khí", không dùng cách hô hấp bằng mũi mồm. Mũi mồm chỉ là môn hộ để hô hấp. Còn đan điền mới là bản nguyên của khí, là nơi thánh nhân hạ thủ, để thu tàng chân nhất". Đó là cách thở bằng bụng rất khó.

Thai tức kinh gọi thai tức như là phép luyện nội đơn (*Giả danh thai tức, thật viết nội đan*).

2. Thai tức lấy điều tức làm chủ, khiến sao cho hô hấp thổ nạp miên miên, không dùng khẩu tị, thủ thần bên trong, như anh nhi tại mẫu phúc trung, cho nên gọi là thai tức.

3. Người tu đạo thường phục khí ở dưới rốn, giữ Thần ở trong thân, Thần Khí Tương Hợp mới sinh Huyền Thai, […. .] thế là nội đơn bất tử chi đạo vậy.

4. Thai tức chi Pháp là Thần Khí Tương Hội.

5. Người xưa còn cho rằng Thai Tức là Điều Khí, Yết Tân.

Ngoài những khẩu quyết về thai tức trên, sách *"Trung quốc khí công đại thành"* còn có một chương ghi lại nhiều khẩu quyết khác về Thai Tức.

II. Bàn về tam đan điền

Tính Mệnh Khuê Chỉ thường xuyên nói về Thượng, Trung, Hạ Đan Điền nhưng vị trí của chúng hết sức là mơ hồ. Sách thường xuyên bàn về Hạ Đan Điền, nhất là khi bàn về Thai Tức, và cho rằng Thai Tức là tụ Thần Khí vào Hạ Đan Điền.

Tôi xin dùng tài liệu rút từ *Trung hoa đạo giáo đại từ điển* và *Trung quốc khí công đại thành* để trình bày về tam đan điền.

1. Trước hết, *Trung quốc khí công đại thành* -tr. 190, xác định như sau:

Tam Đan Điền là nơi cư ngụ của Tinh, Khí, Thần.

Hạ Đan Điền hay Quan Nguyên là nơi cư ngụ của Tinh. Trung Đan Điền hay Giáng Cung là nơi cư ngụ của Khí. Thượng Đan Điền hay Nê Hoàn là nơi cư ngụ của Thần.

Sách lại nói Khí Hải có hai: một là Khí Hải ở dưới rốn, hai là Khí Hải, theo sách Tố Vấn, thì lại là huyệt Đản Trung, ở giữa hai vú.

Sách cho rằng nói Khí Hải ở dưới rốn mà lại là nơi cư ngụ của Khí là sai, nó phải là nơi cư ngụ của tinh, mà Khí Hải thật sự phải ở Trung Đan Điền, và nơi cư ngụ của Thần thì phải là Thượng Đan Điền. Đó là ý kiến của Lý Dã (1192- 1279) tự Nhân Khanh, hiệu Kinh Trai đời nhà Nguyên.

2. Bây giờ bàn về Tam Đan Điền theo *Trung hoa đạo giáo đại từ điển*.

Thượng Đan Điền.

Có nhiều tên: Tổ Khiếu, Nê Hoàn Cung, Kiền Cung, Kiền Gia, Côn Lôn Sơn, Thanh Hư Phủ, Thượng Thiên Quan, Giao Cảm Cung, Tam Ma Địa, Tối Cao Phong, Không Động Sơn, Huyền Thất, Huỳnh Phòng, Thiên Cung, Chân Tế, Thiên Căn, Huyền Môn, Bỉ Ngạn, Dao Trì, Thiên Cốc, Nội Viện, Tử Phủ, Liêu Thiên, Đế Ất, Tắng Sơn, Thiên Phù, Huyền Đô, Chúc Dung Phong. Thái Vi Cung, Ma Ni Châu, Tủy Hải, Tử Kim Thành, Lưu Châu Cung, Ngọc Kinh Sơn, Tử Tĩnh Cung, Thái Hàn Trì v. v.

Thượng Đan Điền ở trên đầu, là nơi các Dương mạch chầu về, nó có địa vị cao hơn cả trong Tam Đan Điền, vì thế gọi là Thượng Đan Điền. Nó là nơi tàng Thần. Ngộ Chân Thiên viết:

Vạn quyển tiên kinh ngữ tổng đồng,
Kim đơn chỉ tại thử căn tông.
Y tha Khôn vị sinh thành thể,
Chùng hướng Kiền Gia Giao Cảm Cung.
Vạn quyển tiên kinh nói giống nhau,
Kim đơn căn để vốn nơi đây.
Lấy Khôn chính vị sinh thành thể,
Đem về gia kết vời Kiền Gia.

Về vị trí của Thượng Đan Điền, Bảo Phác Tử viết: Hoặc tại nhân lượng mi gian, khước hành nhất thốn vi Minh Đường, nhị thốn vi Động Phòng, tam thốn vi Thượng Đan Điền (*Từ giữa hai làn mi, đi vào một thốn là Minh Đường, 2 thốn là Động Phòng, 3 thốn là Thượng Đan Điền*).

Trung Đan Điền.

Còn được gọi là Huỳnh Đình, Chí Trung, Huyền Quan, Đơn Quynh, Chân Thổ, Mậu Kỷ Môn, Tây Nam Hương, Tổ Khí huyệt, Nguyên Cung.

Vị trí:

1. Ở giửa hai vú, nơi huyệt Đản Trung, gọi là Giáng Cung. Tiên kinh viết: Giáng Cung vi Trung Đan Điền, tàng khí chi dã.

2. Giữa tim và rốn, Tính Mệnh Khuê Chỉ, Phổ Chiếu Đồ nói Trung Đan Điền ở dưới Tâm Nguyên, Tính Hải Khiếu và ở trên Quan Nguyên, Khí Hải, Thổ Phủ khiếu huyệt.

3. Trung Đan Điền là nơi luyện Khí hóa Thần, kết thai, luyện thai, dưỡng thai,

Trương Bá Đoan viết:

Thử khiếu phi phàm khiếu.
Kiền khôn cộng hiệp thành.
Danh vi Thần Khí huyệt.
Nội hữu Khảm Ly Tinh.

Hạ Đan Điền.

Còn gọi là Chính Đan Điền, Nguyên Quan, Khí Hải, Khí Huyệt, Kim Lô, Tính Mệnh Chi Tổ, Sinh Khí Chi Nguyên, Âm Dương Chi Hội, Hô Hấp Chi Môn, Ngũ Tạng Lục Phủ Chi Bản v. v.

Hạ Đan Điền là Bách Mạch chi khu nữu, Tính Mệnh chi căn nguyên, đó cũng là chỗ kết đan. Thường nói dưới rốn là Hạ Đan Điền.

Vị trí không đồng nhất.

Bão Phác Tử nói: *Hai tấc dưới rốn là Hạ Đan Điền.* Tiên Kinh nhận rằng: *Ba tấc dưới rốn là Hạ Đan Điền mà Hạ Đan Điền là tàng Tinh chi Phủ.*

Sách Kim Đan Đại Yếu Đỉnh Lô Diệu Dụng nói: Hạ Đan Điền tại tề chi trung, tề hậu thận tiền, hữu đạo chi sĩ, chỉ yêu nhận thủ Hạ Đan Điền hư cực chi chuẩn (*Hạ Đan Điền ở ngang rốn, sau rốn trước thận. Người tu đạo chỉ cần nhận Hạ Đan Điền là nơi Hư Cực*).

Tưởng Duy Kiều gọi Hạ Đan Điền là Trùng Tâm. Nho gia Thủ Tĩnh, Lão gia Bão Nhất, Phật gia Thiền Quan, đều tìm Trùng Tâm để mà an định. Vị trí là sau rốn, trước thận ở một điểm khoảng 3/7.

隨時隨處消遥於莊子無何有之鄉
不識不知游戲於如來大寂滅之海
若天朗氣清之時當用立禪納氣法而接命其法
曰脚跟著地鼻遼天兩手相懸在穴邊一氣引從
天上降吞時泪泪到丹田

立禪圖

心所湛見體如廓無
無住然惺然如用聖

或住或立冥目冥心檢情攝念息業養神已往事
勿追思未來事勿迎想現在事勿留念欲得保身
道訣莫若閑静介潔要求出世禪功無如照收凝
融昔廣成子告皇帝曰目無所見耳無所聞心無
所知神將守形形乃長生其意大同允爲深切

行亦能禪坐亦禪聖可如斯凡不然論人步履之間
不可趨奔太急急則動息傷胎必順安詳緩慢而行
乃得氣和心定或往或來時行時止眼視於下心藏
於淵即王重陽所課兩脚任從行處去一靈常與氣
相隨有時四大醺醺醉借問青天我是誰

行禪圖

萬歸一何有個又麻
法一歸處者在恁去

白樂天云心不擇時適足不擇地安窮通與遠近一
貫無兩端
寶志公云若能放下空無物便是如來藏里行
維摩經云舉足不足皆從道場來
法藏集云晝心夜心常游法苑去

HÀNH THIỀN ĐỒ - 行禅图

(Nội dung trong đồ hình)

Hành diệc năng thiền, tọa diệc thiền, 行亦能禅坐亦禅
Thánh khả như tư, phàm bất nhiên. 圣可如斯凡不然
Hành cũng là thiền, tọa cũng thiền,
Thánh nhân như vậy, phàm chẳng vậy.

Bước đi của người hành thiền, không nên vội vã. Vội vã sẽ Động Tức, Thương Thai, phải đi chậm. Nếu đi chậm chạp, sẽ tâm bình khí hòa, lúc đi, lúc lại, lúc đứng lúc đi, mắt nhìn xuống dưới, tâm tàng nơi vực.

Vương Trùng Dương nói:

Lưỡng cước nhiệm tòng hành xứ khứ, 两脚任从行处去
Nhất linh thường dữ khí tương tùy. 一灵常与气相随
Hữu thời tứ đại huân huân túy, 有时四大醺醺醉
Tá vấn thanh thiên ngã thị thùy? 借问青天我是谁
Đi đâu, hai chân cứ việc tiến,
Còn thần với khí sẽ tương tùy.
Con người ngây ngất như say rượu,
Dám hỏi trời cao: ta ấy ai?

Vạn Pháp qui Nhất, 万法归一
Nhất qui hà xứ? 一归何处
Hữu giả cá tại, 有者个在
Hựu nhẫm ma khứ. 又恁麽去
Vạn Pháp qui Nhất, Nhất qui về đâu?
Có Đan Điền đây, Há phải đi đâu?

Bạch Lạc Thiên (Bạch Cư Dị) nói:

Tâm bất trạch thời thích, 心不择时适
Túc bất trạch địa an. 足不择地安
Cùng thông dữ viễn cận, 穷通与远近
Nhất quán vô lưỡng đoan. 一贯无两端
Tâm ý tùy thời đều an thích,
Hai chân, tùy xứ rất an nhiên.
Chẳng ngại cùng thông hay viễn cận,
Chỉ việc trừng tâm, trú đan điền.

Bảo Chí Công nói:

Nhược năng phóng hạ không vô vật. 若能放下空无物
Tiện thị Như Lai tạng lý hành. 便是如来藏里行
Trần ai nếu biết không vật nhiễm,
Thế là Đơn Đạo ắt đã thành.

Duy Ma Cật kinh thuyết: Cử túc hạ túc, giai tòng đạo trường lai 举足不足皆从道场来 (*Bước xuống, bước lên đều do kim đơn chỉ đạo*).

Pháp Tạng Tập nói: Trú tâm, dạ tâm thường du pháp uyển khứ 昼心夜心常游法苑去 (*Tâm địa ngày đêm, chỉ lo tu thiền, nhập tĩnh*)

LẬP THIỀN ĐỒ - 立禅图

(Nội dung trong đồ hình)

Tùy thời, tùy xứ, thung dung tự tại, tiêu diêu nơi lành Vô Hà Hữu (Đem khí nạp Đan Điền).

Không quan tâm gì đến ngoại cảnh, luôn sống trong Đại Tịch Diệt cảnh giới của Như Lai (Đem khí nạp Đan Điền).

Nếu gặp lúc trời quang mây tạnh, sẽ dùng phép Lập Thiền nạp khí, để tăng tuổi thọ. Phép đó là.

Cước cân trước địa, tị liêu thiên,	脚跟著地鼻辽天
Lưỡng thủ tương huyền, tại huyệt biên.	两手相悬在穴边
Nhất khí dẫn tòng thiên thượng giáng,	一气引从天上降
Thôn thời mịch mịch, đáo Đan Điền.	吞时汩汩到丹田

Hai chân đứng vững, mũi hướng Trời,
Hai tay buông thõng xuống thân người.
Một Khí dẫn từ thinh không tới,
Từ từ nuốt xuống thấu Đan Điền.

Tâm vô sở trụ,	心无所住
Trạm nhiên Kiến Tính.	湛然见性
Thể dụng như như,	体用如如
Khuếch nhiên vô thánh.	廓然无圣

Tâm không vướng mắc,
Tự nhiên Kiến Tính.
Thần Khí tương giao,
Chẳng cần trí tuệ.

Lập Thiền chủ yếu là mắt phải trinh, Tâm phải trong, biết quản thúc tình tự và ý niệm, đình chỉ ngôn ngữ, tư tưởng, hành động để dưỡng Thần.

Việc dĩ vãng chẳng nhớ đến, việc tương lai chẳng tưởng trông, việc hiện tại không để ý. Muốn có Bảo Thân Đạo Quyết, thì phải quả dục, an tĩnh, liêm khiết. Muốn có Xuất Thế Thiền Công, phải biết thu thần, ngưng thần.

Xưa Quảng Thành Tử nói với Hoàng Đế: Mắt không thấy gì, tai không nghhe gì, tâm không nghĩ gì, dùng Nguyên Thần bảo hộ hình thể, sẽ được trường sinh. Ý cũng như vậy, và thật là thắm thiết vậy

坐禪圖

坐久忘所知忽覺月在地
冷冷天風來蕩然列肝肺
俯視一泓水澄湛無物蔽
中有摻鱗游默默自相契

帝堯之安安
文王之雍雍
孔子之申申
莊周之止止

無事此靜坐一日如兩日
若活七十年便視白四十
靜坐少思寡欲明心養氣存神
此是修真要訣學者可以書紳

TỌA THIỀN ĐỒ - 坐禅图

(Nội dung trong đồ hình)

Tọa cửu vong sở tri, 坐久忘所知
Hốt giác nguyệt tại địa. 忽觉月在地
Lãnh lãnh thiên phong lai, 冷冷天风来
Mạch nhiên liệt can phế. 蓦然列肝肺
Phủ thị nhất hoằng thủy, 俯视一泓水
Trừng trạm vô vật tế. 澄湛无物蔽
Trung hữu tiêm lân du, 中有掺鳞游
Mặc mặc tự tương khế. 默默自相契
Ngồi lâu, biết quên hết,
Bỗng thấy trăng trên đất.
Lành lạnh gió trời thổi,
Lạnh buốt thấu gan phổi.
Cúi xuống, nước mênh mang,
Trong vắt không vật che.
Trong có cá tung tăng,
Cùng ta tâm đầu khế.

Đế Nghiêu chi an an, 帝尧之安安
Văn Vương chi ung ung. 文王之雍雍
Khổng Tử chi thân thân. 孔子之申申
Trang Chu chi chỉ chỉ. 庄周之止止
Đế Nghiêu dạy ôn hòa,
Văn Vương chủ hòa hài.
Khổng Tử xưng thư sướng.
Trang Chu muốn tĩnh chỉ.

Vô sự thử tĩnh tọa, 无事此静坐
Nhất nhật như lưỡng nhật. 一日如两日
Nhược hoạt thất thập niên, 若活七十年
Cánh thị bách tứ tập. 便视白四十
Tĩnh tọa là vô sự,
Một ngày tưởng chừng hai.
Nếu sống bảy mươi tuổi,
Sẽ như trăm bốn mươi.

Tĩnh tọa, thiểu tư, quả dục, 静坐少思寡欲
Minh tâm, dưỡng khí, tồn thần. 明心养气存神
Thử thị tu chân yếu quyết, 此是修真要诀
Học giả khả dĩ thư thân. 学者可以书绅

Tĩnh tọa, thiểu tư, quả dục.

Minh Tâm, dưỡng Khí, tồn Thần.

Đó là Tu Chân yếu quyết.

Mong học giả sẽ ghi lòng.

Tọa thiền không cần phải ngồi kiết già, cứ ngồi như thường. Tuy ngồi như thường, nhưng giữ Khổng Môn Tâm Pháp, là vẫn khác người vậy.

Khổng Môn Tâm Pháp là chỉ cần giữ cho tâm thần ở vị trí chân chính nhất. Khiếu của tai mắt là cửa ngõ thân ta, Tâm Linh Phương Thốn là nhà của ta. Lập Mạng Chi Khiếu là buồng của ta.

Vì tâm con người là ở nơi Phương Thốn, cũng như người ở trong nhà. Cho nên thanh sắc có cửa mà vào quấy động bên trong.

Còn bậc chí nhân thì tâm tàng ư Lập Mệnh Chi Khiếu, cũng như con người ở tận trong buồng. Cho nên thanh sắc không biết nẻo vào, để mà dòm ngó trong đó.

Cho nên người khéo giữ Tâm, sẽ ở trong mật thất nên tai mắt như không nghe thấy gì.

Bao giờ ra ngoài để xử sự thì tai mắt sẽ như là công cụ vậy. Nếu mà lúc ngồi không theo Khổng Môn Tâm Pháp thì sẽ gọi là "Tọa Trì", là "Phóng Tâm". Đàn Kinh nói: *Không khởi niệm là Tọa, Tự tính bất động gọi là Thiền.*

覺悟時切不可妄想則心便虛明

掃石焚香在意眠醒來時有客談玄
松風不用蒲葵扇坐對青崖百丈泉

古洞幽深絶世人石床風細不生塵
日長一覺羲黃睡又見風頭上月輪

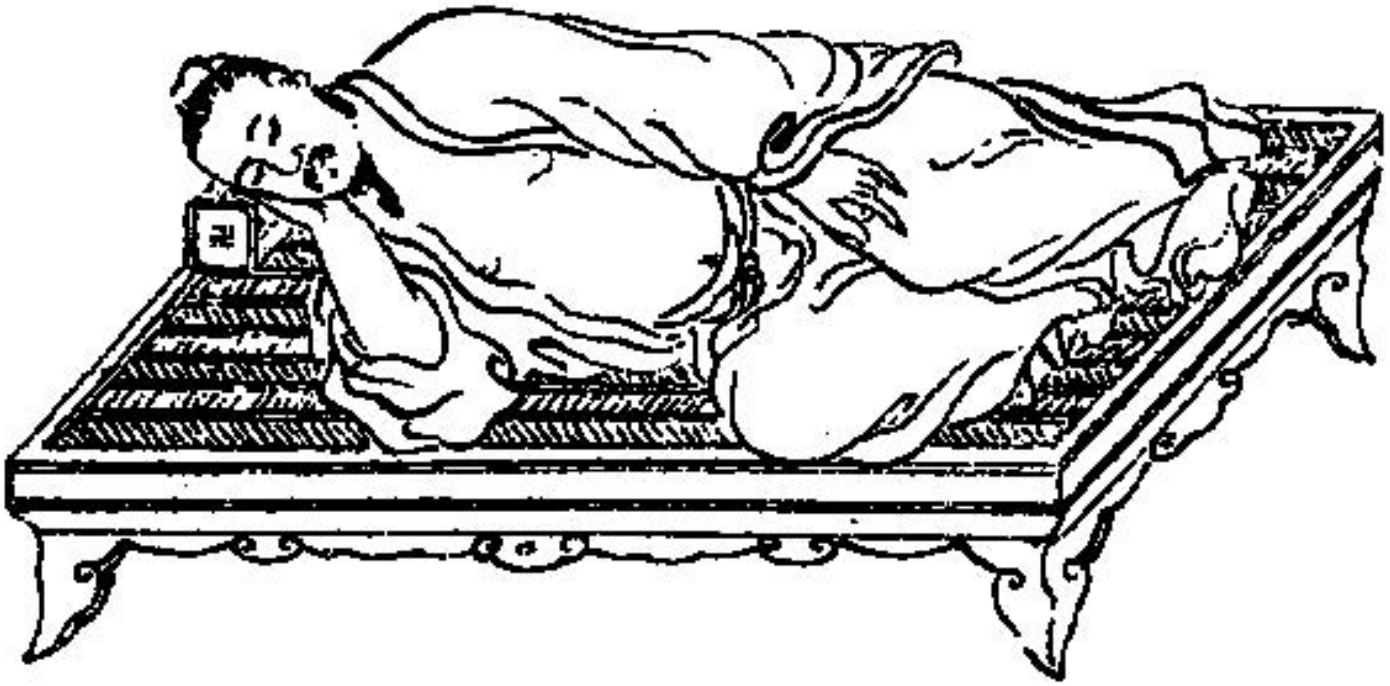
卧禪圖

開心宗之惺
示不動之體
悟夢覺之真
入聞思之寂

人間白日醒猶睡老子山中睡却醒
醒睡兩非遂兩是溪雲漠漠水冷冷

元神夜夜宿丹田雲滿黃庭月滿天
兩個鴛鴦浮綠水水心一朵紫金蓮

紛擾時亦祇如此常則事自順遂



NGỌA THIỀN ĐỒ - 卧禅图

(Nội dung trong đồ hình)

Giác ngộ thời, thiết bất khả vọng tưởng, tắc Tâm tiện hư minh.
觉悟时切不可妄想则心便虚明
Khi giác ngộ, thời không thể vọng tưởng, như vậy Tâm sẽ hư minh.

Phấn nhiễu thời diệc chỉ như thử, thường tắc sự tự thuận toại.
纷扰时亦只如此常则事自顺遂
Khi gặp rắc rối, thì cứ làm việc như thường, chắc mọi sự sẽ thuận lợi.

Tảo thạch, phàn thương tại ý miên, 扫石焚香在意眠
Tỉnh lai thời, hữu khách đàm huyền. 醒来时有客谈玄
Tùng phong, bất dụng Bồ Quì phiến, 松风不用蒲葵扇
Tọa đối thanh nhai, bách trượng tuyền. 坐对青崖百丈泉
Quét đá, đốt hương ngủ giấc say,
Tỉnh thời khách lại nói chuyện huyền.
Gió tùng, không đụng Bồ Quì Phiến,
Ngồi trông vách đá, suối cao luôn.

Cổ động u thâm tuyệt thế nhân, 古洞幽深绝世人
Thạch sàng, phong tế, bất sinh trần. 石床风细不生尘
Nhật trường, nhất giác, Hi Hoàng thụy, 日长一觉羲黄睡
Hựu kiến phong đầu, thượng nguyệt luân. 又见风头上月轮
Động vắng thâm u chẳng tiếp ai,
Gió vờn giường đá, bụi chẳng lai.
Ngày dài, chợt tỉnh Hi Hoàng giấc,
Lại thấy đầu non, bóng nguyệt cài.

Khai tâm tông chi tính, 开心宗之性
Thị bất động chi thể. 示不动之体
Ngộ mộng giác chi nhân, 悟梦觉之真
Nhập văn tư chi tịch. 入闻思之寂
Khai thiền tông bản tính,
Thấy bản thể an nhiên.
Hiểu hai bề mộng tĩnh,
Vào cảnh giới không huyền.

Nhân gian bạch nhật, tỉnh do thụy, 人间白日醒犹睡
Lão Tử sơn trung, thụy khước tỉnh. 老子山中睡却醒
Tỉnh thụy luỡng phi, toại lưỡng thị, 醒睡两非遂两是
Khê vân mịch mịch, thủy Linh Linh. 溪云漠漠水冷冷
Với người động tĩnh cũng một vành,
Lão Tử trong rừng, ngủ vẫn tỉnh.

Mộng tỉnh không này, không thể nọ,
Mờ mịt mây khe, nước long lanh.

Nguyên Thần dạ dạ túc Đan Điền,	元神夜夜宿丹田
Vân mãn Huỳnh Đình, Nguyệt mãn Thiên.	云满黄庭月满天
Lưỡng cá uyên ương phù lục thủy,	两个鸳鸯浮绿水
Thủy tâm nhất đóa Tử Kim Liên.	水心一朵紫金莲

Nguyên Thần đêm tới, trú Đan Điền,
Huỳnh Đình mây tỏa, Nguyệt đầy trời.
Uyên ương một cặp, trôi nước biếc,
Trong lòng nuớc hiện Tử Kim Liên.

*

* *

Người xưa có nói: Tu Đạo dễ, luyện Ma khó. Lời đó thật chí lý. Nhưng ma sắc dục, ma ăn uống thì dễ trị, còm ma ngủ thì khó luyện, nên Thiền gia có phép Trường Tọa Bất Ngọa.

Vì Chân Nguyên con người thường tẩu thất ban đêm, nên nếu ngủ nghỉ không cẩn thận, thì Tinh xuất phía dưới, Khí mất bên trên. Nguyên Thần không nơi nương tựa, cũng sẽ bỏ thân mà ra. Tam Bảo trì tán, con người làm sao trường tồn.

Bậc chí nhân ngủ sẽ thu Thần về Đan Điền, hòa hợp với khí. Thủy Hoả (Thần, Khí) sẽ kiềm chế nhau, nên Thần không ra ngoài, và Khí sẽ an tịnh.

Nay nói theo người thường, thì ban ngày Thần gửi tại đôi mắt. Ban đêm khi ngủ say, thì Thần tàng tại Thận. Sáng ra, mà Thần nơi mắt không được sảng khoái là tại sao? Thưa vì ban đêm không an định, nên Thần đã không thanh sảng.

Nói theo Thiên Đạo, thì ban ngày, mặt trời nương vào Trời, đến đêm thì như lặn xuống biển. Sáng ra, mà Thiên Khí không thanh sảng là tại làm sao? Thưa là vì ban đêm không an định, nên Hải Khí đã không thanh sảng.

Chính vì vậy mà Thôi Công (Nhập Dược Kính) nói: Thủy Hỏa giao, vĩnh bất lão (*Thần Khí giao, mãi không già*).

Ngày nay, người ta buồn ngủ thì ngủ, tự nhiên lại tỉnh dậy, thì cái gì làm chủ khiến người ta tỉnh dậy?

Vả Thần, Hồn mà hợp thì tỉnh, Phách với Thi Thể mà hợp sẽ hôn mê. Hôn mê là gốc của sự chết. Tỉnh giác là triệu chứng sống. Hồn thuộc Dương, nên thích Thanh Hư. Phách thuộc Âm nên thích ruổi rong. Phách là Quỉ, Hồn là Thần.

Thần thì ngày tiếp vật, đêm về dệt mộng, một giấc Huỳnh Lương chưa chín, một giấc Nam Kha chưa tỉnh, một đời phú quí, vinh nhục, trăm năm buồn vui, thích, sướng, chẳng qua chỉ như một giấc mộng, khiến người trong mộng chẳng biết đi về. Đi sai một bước, là sẽ đi vào con đường u ám vậy.

Do đó mà xem, con người không thể tự mình sống, mà sống như là ở trong mộng. Con người không thể tự mình chết, mà chết như là ở trong mộng. Đã không biết tại sao mình mộng, thì cũng không biết tại sao mình chết. Đã không biết tại sao mình tỉnh, thì cũng không biết tại sao mình sống. Trong mộng mà có tỉnh, thế là Chân Giác, trong chết mà có sống, đó là trong chết vẫm có trường sinh. Thế là biết rằng, Tỉnh là Sống, Mộng là Chết. Hiểu được hai điều đó là có thể Nhập Đạo vậy.

Con người lúc tỉnh, tai há chẳng nghe thấy sao? Mắt há chẳng nhìn thấy sao? Tay há chẳng cầm được sao? Chân há chẳng đi được sao? Tâm há chẳng biết hỉ nộ sao?

Còn khi con người ngủ, thì tai vẫn còn đó, sao không nghe được? Mắt vẫn còn đó, sao không thấy được? Tay vẫn còn đó, sao không cầm được? Chân vẫn còn đó, sao không đi được? Tim vẫn còn đó, sao không biết hỉ nộ?

Do đó suy ra, thì đây cũng là một thứ chết, tuy vẫn còn hữu tri, hữu giác vậy.

Vả sống chết liên quan đến ngày và đêm. đến Mộng và Tỉnh. Các bậc Chân Nhân lúc tỉnh thì không lo, lúc ngủ không mộng. Ngủ mà không mộng thì phải thành đạo rồi mới được như vậy.

Sơ cơ chi sĩ, luyện Tâm chưa thuần, nên mê nhiều, tỉnh ít. Mắt vừa nhắm thì Nguyên Thần đã lìa xác, và Ma Ngủ đã nhập vào, làm cho Hồn mộng phân phân đâu cũng đến được. Chẳng những Thần xuất, Khí lìa, mà đỉnh lô cũng bị nghiêng ngả.

Nếu muốn chống lại Ma Ngủ, phải dùng phép Ngũ Long Bàn Thể. Khẩu quyết là:

Đông nhi thủ tẩm,	东首而寝，
Trắc thân nhi ngọa.	侧身而卧，
Như Long chi bàn,	如龙之蟠，
Như khuyển chi khúc.	如犬之曲，
Nhất thủ trực ma tề phúc,	一手直摩脐腹，
Nhất thủ khúc quăng chẩm đầu.	一手曲肱枕头，
Nhất chỉ cước thân,	一只脚伸，
Nhất chỉ cước súc.	一只脚缩

Ngủ đầu hướng Đông.
Người phải nằm nghiêng.
Như rồng cuộn khúc.
Như chó thu mình.
Một tay xoa rốn bụng.
Một tay co gối đầu.
Một chân duỗi ra.
Một chân co lại (xem hình vẽ).

Tâm không ngủ trước, mắt phải ngủ trước.

Phải: Trí hư cực, Thủ tĩnh đốc. 致虚极, 守静笃

Thần Khí tự nhiên qui căn, hô hấp tự nhiên sẽ hàm dục. Không điều tức mà tức tự điều, không phục khí mà khí tự phục. Y như thế mà tu hành, thì thất tổ cũng được phúc.

Trần Hi Di đã lưu hình tại núi Hoa Sơn, Tưởng Thanh Hà đã thoát xác nơi vương thất. Đó là cách chỉ dẫn về phép ngọa thiền. Nó khác với phương pháp đạo dẫn. Công phu mà thành tựu, thì tự nhiên Thần thức ngủ sẽ quấn quýt nhau, lúc tỉnh sẽ biết giữ được tồn vong, sẽ thoát được điên đảo mộng tưởng. Như Tất Viên Công đã nói: Cổ chi chân nhân, kỳ giác dã, vô ưu, kỳ tẩm dã, vô mộng 古之真人其觉也无忧其寝也无梦 (*Chân nhân xưa, lúc tỉnh không lo, lúc ngủ không mộng*) chính là vì vậy.

Nhưng tuy ngủ say, mà vẫn tỉnh táo (sáng suốt) đến khi tỉnh lại, sẽ từ từ trở mình, tâm địa lặng không, lương tri tự tại, như cảnh giới Phật. Bạch Cư Dị (Bạch Lạc Thiên) đã nói: Tiền hậu tế đoạn xứ, nhất niệm vị sinh thời 前后际断处, 一念未生时 (*Đó là chính lúc một niệm chưa sinh*). Trong lúc đó, mà giữ được cho lòng Đại Tĩnh, thì công hiệu sẽ vô tả.

Xưa Doãn sư có một đôi liễn:

Giác ngụ thời, thiết bất khả vọng tưởng, tắc tâm tiện hư minh 觉寤时切不可妄想, 则心便虚明 (*Khi tỉnh thức, không được cho tâm nghĩ nhảm, tâm sẽ hư minh*).

Phân nhiễu trung, diệc chi như xử thường, tắc sự tự thuận toại 纷扰中亦只如处常, 则事自顺遂 (*Lúc bị phiền, phải xử sự như thường, mọi sự sẽ đâu ra đấy*).

Lý Chân Nhân (Mãn Giang Hồng) có bài từ:

Hảo thụy gia phong,	好睡家风，
Biệt hữu cá thụy miên tam mị.	别有个睡眠三寐。
Đãn thụy lý tâm thành,	但睡里心诚，
Thụy trung trừng ý.	睡中澄意，
Thụy pháp ký năng tri chỉ thú,	睡法既能知旨趣，
Tiện vu thụy lý điều Thần Khí.	便于睡里调神气。
Giá thụy công tiêu tức,	这睡功消息,
Thụy an thiền, thiểu nhân hội.	睡安禅, 少人会。

Gia phong có dạy về cách ngủ,
Ngủ nghỉ có khẩu quyết.
Ngủ sao cho tâm thành,
Ý sao cho trong sáng,
Ngủ nghỉ đã có chỉ thú.
Thì lúc ngủ phải biết điều thần khí,
Công phu khi ngủ này.
Ngủ mà vẫn thiền định,
Điều đó ít người hay.

Địch Ma Thi có thơ:

Toạ trung hôn thụy chẩm cấm đà,	坐中昏睡怎禁它，
Quỉ diện, thần đầu, kiến dã ma.	鬼面神头见也魔。
Hôn tán giai nhân do khí trọc,	昏散皆因由气浊，
Niệm duyên vị đoạn, thuộc âm đa.	念缘未断属阴多。
Triều lai thủy diện xâm đề ngạn,	渐来水面侵堤岸，
Phong định giang tâm tuyệt lãng ba.	风定江心绝浪波。
Tính tịch, tình không, tâm bất động,	性寂情空心不动，
Tọa vô hôn tán, thụy vô ma.	坐无昏散睡无魔。

Làm sao tĩnh tọa, không ngủ mê.
Lúc mộng quỉ ma hay xuất hiện.
Ngủ mê khí tán, do khí trọc.
Niệm không đoạn, tại âm khí đa.
Suy tư thủy triều xâm nhập bờ.
Gió ngưng, lòng sẽ hết sóng gió.
Tính tịch, tình không, tâm bất động.
Tọa không tán loạn, ngủ không ma.

Người thời thượng cổ, chỉ nghỉ ngơi nhưng không ngủ. Cho nên nói Hướng hối nhập yến tức 向晦入晏息 (*Tối đến nghỉ ngơi*). Nếu ngủ say, thời Dương Quang tận, và Âm Trọc vây hãm, cũng như chết vậy.

Nếu biết phép Yến Tức, khi đã tối, thì tai không nghe, mắt không thấy, miệng không nói, tâm không dao động, mũi thở nhẹ nhàng, tứ chi bất động. Lúc ấy, Chân Thần, Chân Khí sẽ quấn quýt nhau. Ngày càng thuần thục, tự nhiên Thần đầy sẽ không ngủ, Khí đầy sẽ không ăn, Tinh đầy sẽ hết dục. Nguyên Khí tự nhiên tụ lại, Chân Tinh cũng tự ngưng, Nội Đan sẽ kết, Tam Thi[113] sẽ tự diệt, Cửu Trùng (Tà Khí) sẽ tự xuất.

Cái gọi là Ma Ngủ sẽ không biết đi đâu. Thân thể tự nhiên thấy nhẹ nhàng, tâm trí sẽ được Hư Linh. Khí trong người sẽ điều hoà, thanh tĩnh. Như vậy sẽ được trường sinh, không cần biết đạo thành hay không thành.

*

* *

Tử Trung đạo nhân vấn đáp

Khách hỏi: Tọa thiền là thế nào?

Ta đáp:

Yết tân nạp khí thị nhân thành,	咽津纳气是人行，
Hữu dược phương năng tọa hóa sinh.	有药方能坐化生。
Đỉnh nội nhược vô Chân Chủng Tử,	鼎内若无真种子，
Do tương nhiệt hỏa chử không đang.	犹将热火煮空铛

Yết tân nạp khí, chuyện người làm,
Tinh tọa thuốc không, sao hóa được?
Như nếu trong lò không có thuốc,
Thì như nhóm lửa đốt nồi không.

Thích gia gọi thế là Thủ Thi Quỉ, mài gạch mà mong thành gương soi (tu luyện như vậy mà đòi vào cảnh giới vô vi hay sao?) Lời nói đó như đúng, như sai.

Cơ áo bí ấy khởi từ Bá Dương đời Tấn, đến Tử Dương đời Tống, khởi xướng ra đạo này. Kế sau, tiếp mới có Hải Quỳnh, Tử Quỳnh, Huỳnh Phòng, Duyên Đốc, Thượng Dương chư vị Chân Nhân. Các vị đó sáng lập ra phương pháp Kim Đan. Hệ thống tương thừa cho đến nay. Đời nào cũng có người nắm giữ được đạo thống của Tam Giáo. Còn như nói: Thủ Tĩnh, Đột Tọa, đó là phương pháp của kẻ tối hạ thừa, là lối ngoại đạo dụ người, là con đường sai lạc[114].

Khách hỏi: Vậy cuối cùng là thế nào?

Ta nói: Ngươi có chịu đại thí pháp tài, thề cùng trời đất thì ta sẽ nói cùng ngươi.

Khách liền quỳ mà xin: Đệ tử suốt đời không gặp thày. Nay may được gặp, xin thày từ bi, ân thày thật lớn.

Ta nói: Lại đây, con. Ta dạy ngươi. Ngươi nay đã lập thệ cùng trời đất, ta nói có chi sai, ngươi chớ nghe lời nói nhảm. Ta nói lời thật, ngươi chớ tin nhầm.

Nay ta dạy ngươi: Tinh, Khí, Thần là Tam Bảo, là rường cột vũ trụ, là tổng quát Âm Dương. Trời Đất được chúng nên bao dung, phúc cái Kiền Khôn. Con người được chúng, nên thành Tiên, thành Phật.

Nó có trong, ngoài. Người biết sẽ tu cả hai bên. Người không biết chỉ tu một phía. Người tu một phía là người ngoan cố ngu xuẩn. Người tu hai chiều sẽ chứng Tiên, Phật quả.

Người không đi theo chính thống, nói tới đây thì như người chưa nhìn thấy Đại Dương đã lui gót. Nếu ngươi không nghi ngờ, thì ta sẽ bảo cho.

Nói Nội Ngoại Kiêm Tu, là nói cái Tinh còn ở trong trạng thái yểu minh hoảng hốt. Tinh này họ Kim, gọi là Cửu Tam Lang, húy là Nguyên Xương, hiệu là Kim Hoa Thương Phu Quân, ở phía tây ao Ngọc Trì, ra vào đều cưỡi hổ, nhũ danh là Anh Nhi, sau gọi là Kim Công.

---

[113] Tam Bành: Bành Cứ, Bành Chất, Bành Kiểu

[114] Tức là ngồi kiết già, thẳng người chưa đủ, còn phải biết cách vận Thần Khí bên trong nữa

Khi đến hàng xóm (Đan Điền) thì xưng là Chân Nhân. Nó thích ăn trái giao lê (Nguyên Thần). Nó là Tiên Thiên Địa chi Tinh, cũng là vật chí bảo của con người.

Còn Khí là từ Hư Vô trung lại. Khí đó họ Bạch, gọi là Đại Ất Lang (Thái Nhất Nguyên Khí) tên là Nguyên Khí, hiệu là Vũ Trụ Chủ Tể Tố Luyện Lang Quân. Ở Tây Xuyên, ra vào cưỡi Bạch Hổ, nhũ danh là Chân Chủng Tử, sau gọi là Bạch Đầu Lão tử. Tới hàng xóm (Đan Điền) thì gọi là Phụ Mẫu. Thích ăn Rùa Đen, và Đa Tình. Đó chính là Tiên Thiên Địa chi Chính Khí, tức cũng là vật chí bảo trong con người

Cho nên Thượng Dương Tử nói: Nếu đã là từ hư không tới, thì không phải từ Trời xuống, không phải từ dưới Đất ra, không phải cái mà thân ta có, không phải là Tinh, không phải là Huyết, không phải cỏ cây, không phải kim thạch, tất cả đều không phải. Ai là người đã được nó và biết nó?

Nói đến Thần, là Tiên Thiên Địa chi Thần, là nói tới cái Thần tên là Vô Vị Chân Nhân. Phật gọi là Ngật Lợi Đà Gia Phật. Nhận biết Thần này, sẽ biết cái diệu dụng của nó. Thần này có thể giết người, có thể sinh người. Muốn thành Tiên thành Phật, thì phải để nó chủ trì mới được. Nên Nội Kinh có nói: Thân người có hai loại Tinh, là Hồn và Phách. Phàm tùy tinh vãng lai là Thần vậy.

Bạch Tổ nói: Chỉ nơi con người, thì đầu mới có Cửu Cung. Cung chính giữa trong đó gọi là Cốc Thần. Thần thường cư trong Cốc. Ngày tiếp muôn Vật, đêm tiếp với Mộng. Như thế là Thần không ở yên trong Cốc. Sau một giấc Nam Kha chưa hết, một giấc Hoàng Lương chưa vẹn, thì một đời vinh nhục, trăm năm ưu bi, duyệt lạc cũng nằm trọn trong một giấc mộng. Khiến mình đi chơi mà không biết trở về. Như vậy là sống trong u minh xa cách người phàm, và con Đường Sinh Tử cũng đã tuyệt vậy.

Do đó mới hay: Con người không tự sống, mà Thần cho sống. Con người không tự chết mà Thần cho chết. Nếu Thần ở yên trong Cốc, thì con người làm sao chết được?

Tử Dương nói: Luyện Thần tu luyện bất Thần Thần 炼神须炼不神神[115]。Chính là muốn nói thế vậy.

Thiên Dĩnh Tử[116] nói: Tuy tu hành đã lâu, nhưng không biết thế nào là ngũ thời 五时[117], thất hầu 七候[118], đến nỗi tuổi thọ bị giảm, cơ thể bị tỳ vết, dung nhan tiều tụy rồi chết, thế mà dám cho mình là thông minh, giác ngộ, cho mình là thành đạo, thì thật là quá nhầm vậy.

Còn như nói đến tọa thiền, ta cũng đã chán không muốn nghe. Dẫu là thượng phẩm thánh tiên tôn quí, thì cũng do người biết tu luyện mà nên. Nếu không đạt được như vậy, thì xin đừng nói, vì ngươi chưa tỉnh ngộ vậy.

---

[115] Bất thần thần chính là Thức Thần trong con người, nó thường nhiễu loạn Nguyên Thần

[116] Có lẽ là Thiên Ẩn Tử tức Tư Mã Thừa Trinh

[117] Ngũ Thời 五时 là: *Đệ nhất thời:* Tâm động đa, tĩnh thiểu. *Đệ nhị thời:* Tâm tĩnh thiểu, động đa. *Đệ tam thời:* Động tĩnh tương bán. *Đệ tứ thời:* Tĩnh đa, động thiểu. *Đệ ngũ thời:* Tâm nhất hướng thuần tĩnh

[118] Thất hầu 七候 là: *Đệ nhất hầu:* Túc bệnh tính tiêu (Bệnh cũ lành hết = Giai đoạn đắc đạo), *Đệ nhị hầu:* Siêu quá thường hạn, sắc phản đồng nhan (= Con người trẻ lại), *Đệ tam hầu:* Diên niên thiên tải (Sống lâu = Giai đoạn tiên nhân), *Đệ tứ hầu:* Luyện thân thành khí (= Giai đoạn Chân Nhân), *Đệ ngũ hầu:* Luyện khí thành thần (= Giai đoạn Thần Nhân), *Đệ lục hầu:* Luyện Thần hợp sắc (= Giai đoạn Chí Nhân), *Đệ thất hầu:* Cao siêu ngoại vật (= Giai đoạn cứu cánh). Xem *Trung Hoa Đạo giáo đại từ điển*, tr.1194. Xem thêm tr.968: nơi chữ Ngũ Thời
Tiên học từ điển gọi Thất hầu trên đây là Thất hiệu (7 hiệu quả). *Tiên học từ điển* giải Thất hầu như sau: *Nhất hầu:* Tâm định, dị giác (Tâm định, dễ giác ngộ) - *Nhị hầu:* Túc tật phổ tiêu (Bệnh cũ lành hết) - *Tam hầu:* Điền bổ, phá tổn (Sửa sang chếch mác con người) - *Tứ hầu:* Khí túc, thần sung (Tinh thần sung mãn) - *Ngũ hầu:* Hóa hình vi khí - *Lục hầu:* Hóa khí vi thần - *Thất hầu:* Hóa thần vi hư

TÍNH MỆNH SONG TU
VẠN THẦN KHUÊ CHỈ
性命双修万神圭旨

Lợi tập - Mục lục
利集 - 目录

Thái dược quy hồ đồ

Khẩu quyết tiết thứ tư:
THIÊN NHÂN HỢP PHÁT
THÁI DƯỢC QUY CĂN
Tụ Hỏa tải Kim đồ
Tụ Hỏa tải Kim quyết pháp
Càn Khôn giao cấu đồ

Khẩu quyết tiết thứ năm:
CÀN KHÔN GIAO CẤU
KHỬ KHOÁNG LƯU KIM
Chu Thiên tuyền ki đồ
Mão Dậu Chu Thiên khẩu quyết
Linh Đơn nhập đỉnh đồ

Khẩu quyết tiết thứ sáu:
LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH
TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI
Hỏa hầu sùng chính đồ
Hành hỏa hầu pháp
Trường dưỡng thánh thai đồ

采藥歸壺圖

天人合發之機　子母分胎之路　九靈鐵鼓　太玄關　尾閭穴

欲達未達意方開似悟未悟機正密
存存匪懈養靈根一掬圓明自家覓
真鉛出木少人知半是無爲半有爲
乍見西方一點月純陽疾走報鐘離

聞於不聞好温存見於不見休驚怕
只在勿忘勿助間優而游之使自化
一吻動處衆陽來玄竅開時竅竅開
收拾蟾光歸月窟從丝有路到蓬萊

任督接交之處　陰陽變化之鄉　三足金蟾　藏金斗　生死穴

陰陽之有無也合前象

陰陽之有閭穴也分後象

上河虛三虛
天車危岔危谷會鬼人桃陰地
梯路穴骨穴道陰路門康蹺軸

坤女　復子

平三曹氣朝
魄長會禁陰咸易岔溪海天
門强陽門端池穴口路門嶺

THÁI DƯỢC QUY HỒ ĐỒ - 采药归壶图

(Nội dung trong đồ hình)

Thiên Nhân hợp phát chi cơ	天人合发之机
Tử Mẫu phân thai chi lộ	子母分胎之路
Cửu Linh thiết cổ[119]	九灵铁鼓
Thái Huyền quan[120]	太玄关
Vĩ Lư huyệt	尾闾穴
Nhâm Đốc tiếp giao chi xứ[121]	任督接交之处
Âm Dương biến hóa chi hương[122]	阴阳变化之乡
Tam túc Kim Thiềm[123]	三足金蟾
Tàng Kim Đẩu[124]	藏金斗
Sinh Tử huyệt[125]	生死穴

Dục đạt vị đạt ý phương khai,	欲达未达意方开
Tự ngộ vị ngộ cơ chính mật.	似悟未悟机正密
Tồn tồn phỉ giải dưỡng Linh căn,	存存匪懈养灵根
Nhất cúc viên minh tự gia mịch.	一掬圆明自家觅
Chân diên xuất mộc thiểu nhân tri,	真铅出木少人知
Bán thị vô vi, bán hữu vi.	半是无为半有为
Sạ kiến Tây phương nhất điểm nguyệt,	乍见西方一点月
Thuần dương tật tẩu báo Chung Ly.	纯阳疾走报钟离

Đạt điều chưa đạt ý mới mở
Hiểu điều chưa ngộ mới là hay
Luôn giữ Linh Căn cho chuyên nhất
Nội Đan tròn trặn mình tự kiếm
Nguyên khí trong người ít ai biết
Nguyên khí nửa Vô nửa Hữu Vi,
Hốt thấy nội đơn tại Tây Phương.
Thuần Dương[126] *vội chạy báo Chung Ly*[127].

Văn ư bất văn hảo ôn tồn,	闻於不闻好温存
Kiến ư bất kiến hưu kinh phạ.	见於不见休惊怕
Chỉ tại vật vong, vật trợ gian,	只在勿忘勿助间
Ưu nhi du chi sử tự hoá.	优而游之使自化
Nhất vẫn động xứ chúng Dương lai.	一吻动处众阳来

[119] Có lẽ Cửu Trùng Thiết Cổ thì đúng hơn, Vĩ Lư huyệt
[120] Âm Kiều huyệt hay Vĩ Lư huyệt
[121] Chỉ Đan Điền
[122] Chỉ Đan Điền
[123] Đan Điền
[124] Đan Điền, Vĩ Lư huyệt
[125] Đan Điền, Âm Kiều huyệt
[126] Lữ Đồng Tân
[127] Chung Ly Quyền

Huyền khiếu khai thời khiếu khiếu khai. 玄窍开时窍窍开
Thu thập thiềm quang, qui Nguyệt Quật. 收拾蟾光归月窟
Tòng tư hữu lộ đáo Bồng Lai. 从丝有路到蓬莱

Nghe cái chưa nghe mới là hay,

Thấy điều chẳng thấy, sợ chi đây,

Cứ để tự nhiên, đừng vọng động,

Cứ sống an nhiên, biến hoá lai.

Nhất Dương vừa động, chúng Dương tụ (quẻ Phục)

Huyền Khiếu khai thời, khiếu khiếu khai,

Thu thập ánh trăng về Nguyệt Quật,

Từ đó có đường đến Bồng Lai.

Hữu tượng chi hậu, Dương phân Âm dã,
有象之後阳分阴也
Vô tượng chi tiền, Âm hợp Dương Dã,
无象之前阴合阳也

Triều Thiên Lĩnh 朝天岭[128], Khí Hải môn 气海门[129], Tào Khê lộ 曹溪路[130], Tam xoá khẩu 三岔口[131], Bình dị huyệt 平易穴[132], Hàm Trì 咸池[133], Âm Đoan 阴端[134], Cấm môn 禁门[135], Hội Dương 会阳, Trường Cường 长强, Phách Môn 魄门[136].

PHỤC TÍ 复子, KHÔN NỮ 坤女

Địa Trục 地轴, Âm Khiêu 阴跷, Đào Khang 桃康[137], Nhân Môn 人门[138], Quỉ Lộ 鬼路, Hội Âm 会阴[139], Cốc Đạo 谷道, Long Hổ huyệt 龙虎穴[140], Tam xoá cốt 三岔骨[141], Hư Nguy huyệt 虚危穴, Hà Xa lộ 河车路, Hà Xa cốt 河车骨[142], Thượng thiên thê 上天梯[143].

---

[128] Vĩ Lư
[129] Vĩ Lư
[130] Vĩ Lư
[131] Sinh Tử huyệt hay Hội Âm huyệt
[132] Bình Dị huyệt hay Vĩ Lư
[133] Vĩ Lư
[134] Vĩ Lư
[135] Vĩ Lư
[136] Vĩ Lư
[137] Hạ Đan Điền chi Thần
[138] Vĩ Lư
[139] Vĩ Lư hay Âm Kiều
[140] Vĩ Lư
[141] Vĩ Lư
[142] Vĩ Lư
[143] Xem *Trung Hoa đạo giáo đại từ điển*, nơi chữ Vĩ Lư, Vĩ Lư huyệt, Vĩ Lư giới địa, tr.1176

ĐỆ TỨ TIẾT KHẨU QUYẾT
THIÊN NHÂN HỢP PHÁT THÁI DƯỢC QUY HỒ

Nội phụ Bế Nhâm, Khai Đốc, Tụ Hoả Tải Kim nhị quyết

Thầy nói: Con người nhận được Trung Khí của Trời Đất mới sinh, nên vốn có Chân Chủng (chỉ Dược Vật). Chân Chủng ấy, có thể sinh sôi vô cùng, có thể bất sinh, bất diệt. nhưng nếu con người không biết bảo thủ nó, thì nó sẽ ngày một tiêu hao, cuối cùng sẽ chết. Biết bảo thủ mà không biết đoàn luyện, cuối cùng sẽ không kiên cố, dễ bị Tạo Hoá đoạt mất.

Nhưng nếu biết gìn giữ hẳn hoi, lại biết đoàn luyện, thì nó sẽ ngưng kết thành đơn, giống như Kim Ngọc, có thể Trường sinh, có thể bất hoá.

Như muốn luyện Đan này, thì phải lấy dược vật làm chủ nhưng muốn hái thuốc này, thì phải dùng công phu tại căn bản, thế nào là căn bản?

Thưa đó là Thái Cực trong ta. Trời đất lấy hỗn hỗn, độn độn làm Thái Cực. Thân ta lấy yểu yểu, minh minh làm Thái Cực. Thiên địa do Âm Dương giao cấu cho nên sinh Vạn Vật. Thân ta nhờ Âm Dương giao cấu nên sinh Đại Dược. Đại Dược sinh trong thân ta, với Thiên Địa sinh vật không khác, cũng chỉ là Âm Dương nhị khí, cái thi, cái hoá mà Huyền Hoàng tương giao, nhất bẩm, nhất thụ, mà dưới trên tương tiếp, hỗn hoá thành một, Cho nên nói hỗn độn. Hỗn độn là phu quách (cảnh giới) của Trời Đất, Yểu minh là bào thai của Đại Dược (Nội Đơn).

Nam Hoa Kinh nói: Chí Đạo chi tinh, Yểu yểu minh minh 至道之精, 窈窈冥冥。(*Tinh hoa của Chí Đạo là yểu yểu, Minh Minh*).

Đạo Đức Kinh nói:

Yểu hề, Minh hề, kỳ trung hữu tinh, tinh thậm chân. 窈兮冥兮其中有精精甚真

Tưởng muôn loài tối tăm u uẩn,

Tinh quang Trời vẫn lẩn bên trong,

Tinh quang ấy thực Thiên Chân

Chân tinh đó, chính là Chân Chủng Tử trong thân ta. Vì nó nhập vào Hỗn Độn nên gọi là Thái Cực, vì nó là Nguồn Gốc sinh hoá, nên gọi là Tiên Thiên, vì nó là Âm Dương chưa phân, nên gọi là Nhất Khí, cũng còn gọi là Hoàng Nha, là Huyền Châu, là Chân Diên, là Dương Tinh. Cái Tinh Hoa đó nếu ngưng kết bên ngoài vũ trụ, thì là Kim, Thạch, qua vạn năm không hư.

Nếu con người biết Phản Thân (biết Hồi Quang, Quán Chiếu) là tìm ra được Dương Tinh ấy trong mình, mà ngưng kết lại thành châu bửu, thì cũng sẽ vô cùng như trời đất, Kim, Thạch làm sao mà sánh được?

Nhưng Dương Tinh này không dễ có được. Vì trong thân ta, từ trên xuống dưới, cái gì là hữu hình thì cũng đều thuộc Âm, cho nên Vân Phong Chân Nhân nói: Cái thân tứ đại của ta, tất cả đều thuộc Âm, không biết cái gì là Dương Tinh.

Duyên Đốc Tử nói: Cái Nhất điểm Dương Tinh trong người ta, không ở Tâm, Thận mà ở Huyền Quan Nhất Khiếu. Nhận đắc Huyền Quan tiện thị Tiên, có biết Huyền Quan, thì các chữ Đỉnh Lô, Dược Vật, Hoả Hầu mới hiểu được hẳn hoi, Huyền Quan là từ bỏ Thức Thần, là phát huy NGUYÊN THẦN. Lưu Nhất Minh gọi Huyền Quan là Huyền Tẫn hay Huyền Tẫn Môn.

Liễu Hoa Dương gọi Huyền Quan là Trung Cung, là Thiên Tâm.

Có người còn gọi đó là Quân Hoả, Chân Hoả, Chân Tính, Nguyên Thần.

Nó thông qua Đốc Mạch, Nhâm Mạch, Xung Mạch, Đới Mạch, trên thông với Tâm, dưới thông với Quan Nguyên, đằng sau thông với Thận, đằng trước thông với Rốn, tán ra châu thân, là Tổng Căn của Bách Mạch, nên gọi là Tiên Thiên. Cổ nhân gọi khiếu này là Khiếu trung Khiếu. Mà Khiếu là Đan Điền. Trên thì gọi là Kim Đỉnh, trên chút nữa thì gọi là Huỳnh Đình, phía dưới Khiếu gọi là Quan Nguyên. Gọi là Huỳnh Đình, là Kim Đỉnh, là Khí Hải, là Quan

Nguyên tất cả đều Vô Hình. Ta không nên chấp nhất, câu nệ. Thánh Nhân còn gọi Quan Nguyên là Trung. Cái Trung này Tịch nhiên bất động, cảm nhi toại thông gồm đủ cả hai bề Thể Dụng, v.v.

Luyện Thục Tử nói: Nhất điểm dương tinh, mật tại hình sơn, bất tại tâm thận, nhi tại hồ Huyền Quan nhất khiếu 一点阳精, 秘在形山, 不在心肾, 而在乎玄关一窍。(*Một điểm nguyên tinh, ẩn mật tại Hình Sơn, không ở tim, không ở thận, mà tại Huyền Quan nhất Khiếu*).

Triệu Trung Nhất nói: Nhất thân nội ngoại tận giai Âm, Mạc bả Dương tinh lý diện tầm 一身内外尽皆阴, 莫把阳精里面寻。(*Thân ta nội ngoại thảy là Âm, Đừng tìm Dương tinh ấy trong ta*).

Khưu Trường Xuân nói: Dương Tinh tuy thị có được trong khi giao hợp, nhưng không phải là Ngự Nữ chi thuật, trong không phải là thân xác do cha mẹ sinh ra. Ngoài không phải là Châu báu của núi rừng, Tìm tòi Dương Tinh trong ta, chắc là sai. Nhưng tìm cầu nó bên ngoài cũng chẳng đúng.

Những lời như vậy có khác gì mò trăng đáy nước, hái hoa trong gương đâu? Những người thiệt thông minh như Nhan Hồi, Mẫn Tử cũng khó hiểu nổi.

Chính vì Thầy ta ít nói tới nên thế nhân cũng ít người biết, không phải người bây giờ mới thấy thế mà cổ nhân trước cũng không hiểu nổi.

Ngọc Đỉnh Chân Nhân viết:

Ngũ Hành, Tứ Tượng Khảm hoà Ly, 五行四象坎和离，
Thi quyết phân minh thuyết dữ y, 诗诀分明说与伊。
Dược sinh, hạ thủ công phu xứ, 药生下手功夫处，
Kỷ nhân hội đắc, kỷ nhân tri, 几人会得几人知。
Ngũ Hành, Tứ Tượng, Khảm với ly,
Khẩu quyết phân minh nói cho nghe,
Thuốc sinh, và cách ra tay xử,
Ít người hiểu nổi ít người hay,

Tử Dương Chân Nhân nói: Thử cá sự, thế gian hi, Khởi thị đẳng nhàn nhân đắc tri 此个事, 世间稀, 岂是等闲人得知？(*Cái chuyện này, thế gian hiếm, Thường nhân làm sao mà biết*).

Hạnh Lâm Chân Nhân nói:

Thần Khí quy căn xứ, 神气归根处，
Thân Tâm phục Mệnh thì, 身心复命时，
Giá ta Chân Khổng Khiếu, 这些真孔窍，
Liệu đắc thiểu nhân tri, 料得少人知。
Thần Khí quy Căn xứ,
Thân Tâm Phục Mệnh Thì,
Chính Chân Khổng Khiếu ấy,
Mấy ai hiểu được đây?

Bá Dương Chân Nhân nói:

Nhất giả dĩ yếm tế, Thế nhân mạc tri chi.
一者以掩蔽世人莫知之。
Chữ Nhất sâu kín vậy; Thế nhân ít kẻ hay.

Nhất là gì? Nó là Cái Trung chưa phát, là Bất Nhị chi Nhất, mà trước đây gọi là Tiên Thiên Nhất Khí vậy.

Thúy Hư Thiên viết:

Đại dược tu bằng Thần Khí Tinh, 大药须凭神气精，
Thái lai nhất xứ kết giao thành, 采来一处结交成。
Đơn đầu chỉ thị Tiên Thiên Khí, 丹头只是先天气，
Luyện tác Hoàng Nha, phát Ngọc Anh, 炼作黄芽发玉英。
Đại Dược chẳng qua Thần, Khí, Tinh,
Hái cất đem về giao kết thành.
Đan dược chính là Tiên Thiên khí.
Cũng gọi Hoàng Nha hay Ngọc Anh,

Phục Mệnh Thiên viết:

Thái nhị nghi vị phán chi khí. 采二仪未判之气，
Đoạt Long Hổ thủy cấu chi tinh. 夺龙虎始媾之精。
Thiểm nhập Huỳnh Phòng, 闪入黄房，
Đoạn thành chí bửu. 锻成至宝。
Lấy hỗn độn vị phân chi Khí.
Lấy Nguyên Thần, Nguyên Khí, Nguyên Tinh,
Đem về Huỳnh Phòng,
Luyện thành chí bửu.

Sùng Chính Thiên có bài:

Hàn nguyên vạn trượng thụy ly long, 寒源万丈睡骊龙，
Hàm hạ tàng châu quýnh quýnh hồng, 颔下藏珠炯炯红。
Cẩn mật bất kinh, phương thái đắc. 谨密不惊方采得，
Tiện y thời nhật pháp thần công, 更依时日法神功。
Hàn Tuyền muôn trượng ngủ rồng đen,
Trong mồm có ngọc đỏ hây hây,
Cẩn thận, chẳng kinh sẽ lấy được,
Đem về tu luyện đúng tháng ngày,

Muốn Thái Dược, phải không hái mới hái được,
Muốn thủ Dược phải không thủ mới thủ được[144].
Phải tĩnh định, không dùng động tác mới được.

Xưa Hoàng Đế mất Huyền Châu mới bảo Tri, Ly, Chu, và Khiết Cấu đi tìm, nhưng không tìm được. Liền sai Võng Tượng. Võng Tượng tìm được. Võng Tượng chính là quên hình hài. Phải Vong Hình, Võng Tượng, thì mới tìm ra được Tiên Thiên Nhất Khí.

Hệ Hoại Tập (Tiên Thiên ngâm) viết:

Nhất phiến Tiên Thiên hiệu Thái Hư, 一片先天号太虚，
Dương kỳ vô sự kiến Chân Du. 当其无事见真腴。
Nhất phiến Tiên Thiên gọi Thái Hư,
Chính trong vô sự thấy Thái Du[145].

[144] Nghĩa là cần phải tự nhiên
[145] Cái đẹp đẽ của đất trời

Lại nói:

Nhược vấn Tiên Thiên nhất tự Vô, 若问先天一字无，

Hậu Thiên phương yếu khán công phu, 后天方要看工夫。

Muốn hỏi Tiên Thiên nhất tự Vô,

Hậu Thiên cần phải rõ công phu,

Tiên Thiên là gì? Là tịch nhiên bất động. Là yểu yểu, minh minh, là Thái Cực khi chưa phân chia.

Hậu Thiên là gì? Là Cảm nhi toại thông, Là hoảng hoảng, hốt hốt, là khi Thái cực đã phân chia vậy.

Hỗn Nguyên Bửu Chương có câu:

Tịch nhiên bất động cảm nhi thông, 寂然不动感而通，

Khuy kiến Âm Dương tạo hóa công[146]. 窥见阴阳造化功。

Tịch nhiên bất động (Tiên Nhiên), Cảm nhi thông (Hậu Thiên).

Nhìn thấy Âm Dương Tạo Hóa công.

Tin ở Tịch Nhiên Bất động, là tâm con người thông được với trời, và có thể đoạt cơ tạo hóa.

Túy Hư Thiên nói:

Mạc hướng Thận trung cầu Tạo Hóa, 莫向肾中求造化，

Khước tu Tâm lý mịch Tiên Thiên. 却须心里觅先天。

Dừng tìm tạo hóa nơi quả Thận,

Muốn thấy Tiên Thiên phải do Tâm,

Trong khi Hỉ Nộ còn chưa phát, nghe nhìn tất cả còn chưa tới, lúc sông núi còn yên tĩnh, núi non còn chưa bốc khói, Nhật Nguyệt còn chưa vận hành, Tuyền Ki còn chưa chuyển động, bát mạch còn qui nguyên, hô hấp còn chưa có, hãy còn thâm nhập vào trong yểu minh, còn chưa biết có trời che và đất chở, chưa biết rằng thế giới còn có người, mình còn có thân, Phút chốc Tam Cung (Tam Đan Điền) sung mãn Nguyên Khí.

Cơ tạo hóa máy Động, âm thanh bắt đầu có, nên:

Nhất kiếm tạc khai Hỗn Độn. 一剑凿开混沌，

Lưỡng thủ phách Liệt Hồng Mông, 两手擘裂鸿蒙

Một kiếm tạc khai Hỗn Độn,

Hai tay banh bửa Hồng Mông,

Thế là từ Vô sinh ra hữu.

Ninh Huyền Tử có thơ:

Bất tại trần lao bất tại sơn, 不在尘劳不在山，

Trực tu cầu đáo yểu minh đoan. 直须求到窈冥端。

Chẳng ở trần ai, chẳng núi non,

Vào sâu Thiên Lý, mới thấy chàng (Dương Tinh).

Yểu minh là gì? Đó là lúc Hư Cực Tĩnh Dốc.

Trong tâm rảnh rang vô vật là Hư. Niệm dầu chưa khởi là Tĩnh. Chí Hư cho đến cùng cực. Thủ Tĩnh cho đến thuần nhất, thì Âm Dương tự nhiên sẽ kết hợp, Âm Dương kết hợp thì Dương Tinh sẽ sinh ra[147].

---

[146] Tịch nhiên bất động. Trung chi thể dã. Cảm nhi ngoại thông. Trung chi dụng dã. *Trung Hoa đạo giáo đại từ điển*, tr.1169

[147] Dương Tinh là Khảm trung Nguyên Khí, là Chân Nhất chi Tinh, là Chí Dương chi Khí. Cũng gọi là Dương Điền, là Chủ Nhân Ông, nó nuôi Bách Thể. *Trung Hoa đạo giáo đại từ điển*, tr.1214

Cho nên Trần Nê Hoàn nói: Lưu đắc Dương Tinh, thần Tiên hiện thành, 留得阳精, 神仙现成。(*Lưu được Dương Tinh, Thần Tiên hiện hành*).

Vả Dương Tinh là do nhật nguyệt phát sinh, nhưng thế nhân không biết cách hấp thụ, cho nên nó tán ra thành khí chu lưu trong thân.

Chí Nhân biết phép truy nhiếp nó lại, tụ nó lại thành Nhất Thử Chi Châu 一黍之珠 (*hạt Châu to bằng hạt gạo*). Thích Gia gọi là Bồ Đề, Tiên Gia gọi là Chân Chủng.

Người Tu Tính mà không biết Bồ Đề tử ấy, thì kinh Viên Giác gọi là "Chủng Tính ngoại đạo" Người Tu Mệnh mà không biết Chân Chủng tử ấy thì kinh Ngọc Hoa gọi họ là "Khô tọa bàng môn" vậy.

Trương Tử Dương nói:

Đại Đạo tu chi hữu dị nan dã, 大道修之有易难也，
Tri do ngã, dã do thiên, 知由我也由天。
Tu Đại Đạo vừa khó, vừa dễ,
Chuyện đó do ta cũng do trời,

Nếu con người không biết Dược sinh ra sao, Thái Thủ thế nào, Phanh Luyện thế nào, thì không thấy chỗ dễ của nó.

Nếu biết rõ giờ Thuốc sinh, biết khẩu quyết để Thái Thủ, biết công phu phanh luyện, thì không thấy chỗ khó của nó, Tuỳ như gặp hay không gặp được thầy vậy.

Cho nên nói:

Nguyệt chi viên, tồn hồ khẩu quyết, 月之圆存乎口诀，
Thời chi Tí, diệu tại tâm truyền, 时之子妙在心传。
Trăng mà tròn được, nhờ khẩu quyết,
Giờ Tí hay ho, tại tâm truyền,

*

* *

Lời bàn của Dịch giả:

1. Dược Vật là Thần, Khí, Tinh.

Bạch Ngọc Thiềm nói: *Tinh này không phải là Tinh Khí khi giao cảm*. (Theo tôi: Trong tuỷ xương sống vốn có Nước, Nước này trong vắt. Trong tuỷ sống cũng có Khí. Mỗi khi lấy nước trong tuỷ sống ra mấy phân khối, thì y sĩ thường bơm vào một số phân khối khí trời tương đương, đề phòng cho bệnh nhân khỏi chóng mặt. Và trong tuỷ sống chắc có Thần, vì Thần là Khí tinh luyện.)

Khí này không phải là Khí Hô hấp, Thần đây không phải là Thần Tư Lự mà là Nguyên Thần. Đó chính là Nguyên Tinh, Nguyên Khí, Nguyên Thần.

Tinh là cơ sở, Khí là Động lực, Thần là Chủ Tể.

Du Diễm nói: Tâm hư thì Thần ngưng, Thần ngưng thời Khí tụ, Khí tụ thời Tinh sinh.

Cho nên Thái Dược cốt là Tâm không có tạp niệm và Hư Tĩnh, như vậy mới có thể ngưng thần nhập Khí huyệt.

Đan gia cho rằng: Luyện Tinh hoá Khí là Ngoại Dược, Luyện Khí hoàn thành (hoá Thần) là Nội Dược.

Lục Tây Tinh gọi: Dương Tinh là Dược Vương, là Chân Diên.

Dược chính là Nhân Đơn, làm tăng khí lực, làm cho thân thể khinh khoát, kiên cường, khiến tà khí không thể xâm nhập. Nó làm cho con người trở thành Thần Tiên vậy.

Dược vật cũng còn gọi là Đại Dược, Thượng Dược.

Tính Mệnh Khuê Chỉ, Tập 1 có nói:

Đại Dược tuy phân Thần, Khí, Tinh,
Tam ban nguyên thị nhất căn sinh,
Phàm phu sinh tử như luân chuyển,
Chỉ nhân mê khước Bản Lai Tâm,
Đại dược tuy phân Thần, Khí, Tinh,
Tam Ban cũng vẫn một gốc sinh.
Phàm nhân luân chuyển trong sinh tử,
Chẳng qua không biết Bản Lai Tâm,

Đại Dược cũng còn gọi là Đơn mẫu, hay Chân Diên, hay Kim Dịch Hoàn Đơn, hay Kim Đơn Đại Dược. Nó cũng gắn liền với Chữ Thất Nhật Lai Phục của Kinh Dịch.

2. Thái Dược hay Thái Thủ.

Thái Dược là lúc tĩnh toạ sẽ thấy Nguyên Tinh phát sinh, vừa thấy cảm giác, liền tức tốc phải Thượng Vận. Và phải dùng Chính Niệm thu nhiếp Nguyên Tinh về Đan Điền. Thái Dược có hai thứ: Thái Tiểu Dược, và Thái Đại Dược.

Thái Tiểu Dược là Luyện Tinh hoá Khí.

Thái Đại Dược là Luyện Khí Hoá Thần. Nguyên khí, Nguyên Tinh là Dược. Dùng Vi Ý đem Nguyên Tinh về Đan Điền là Tiểu Thái Dược.

Dùng bốn chữ Hấp=Hít vào, Để=Đưa lưỡi lên để khoá mồm, Toát=Khép kín Hậu Môn, Bế=Nhắm mắt, ngậm miệng, để luyện Nguyên Khí cho thành Đại Dược (Đan mẫu).

Muốn Thái Dược phải có thời. Phải Thái Thủ vào lúc giờ Tí, hay Hoạt Tí (Tí là từ 11 giờ đến 1 giờ đêm. Hoạt Tí là giờ Tí Linh Động. Lấy kiến nghiệm làm chuẩn. Hoạt Tí là lúc Nhất Dương lai phục, đó là giờ Tí trong Thân ta. Đạo Quang nói: Tu luyện bất dụng tầm Đông Chí, Thân trung tự hữu nhất Dương sinh.

Trần Trí Hư nói: Phù Thái thủ giả, thái Tiên Thiên chi khí, thủ Chân Nhất chi diên.

****

Xưa nghe Doãn Sư nói:

Dục cầu Đại Dược vi đơn bản, 欲求大药为丹本，
Tu nhận thân trung Hoạt Tí thời, 须认身中活子时。
Muốn dùng Đại Dược làm Đơn Bản,
Phải biết thân trung Hoạt Tí Thời.

Lại có kệ:

Nhân độc "Kim Đơn tự", 因读金丹序，
Phương tri Huyền Tẫn Khiếu, 方知玄牝窍。
Nhân độc Nhập Dược Kính, 因读入药镜，
Hựu tri ý sở đáo, 只知意所到。
Đại Đạo hữu Âm Dương, 大道有阴阳，
Âm Dương tuỳ động tĩnh, 阴阳随动静。
Tĩnh tắc nhập yểu minh, 静则入窈冥，
Động tắc ứng hoảng hốt, 动则恍惚应
Chân Thổ phân Mậu Kỷ, 真土分戊己，
Mậu kỷ bất đồng thời, 戊已不同时。

Kỷ đáo đãn tự nhiên, 已到但自然，
Mậu đáo hữu tác vi, 成到有作为。
Phanh luyện Khảm trung Diên, 烹炼坎中铅，
Phối hợp Ly trung Hống, 配合离中汞。
Diên Hống kết Đơn sa, 铅汞结丹砂，
Thân Tâm phương nhập định, 身心方入定。
Nhận đọc tựa Kim Đơn,
Mới hay Huyền tẫn Khiếu,
Nhận đọc Nhập Dược Kính,
Mới biết nơi Ý đến,
Đại Đạo có Âm Dương,
Âm Dương là Động Tĩnh,
Tĩnh thời nhập yểu minh,
Động thời hoảng hốt ứng,
Mậu Kỷ khác giờ nhau,
Kỷ đến do Tự Nhiên,
Mậu lai có tác vi,
Phanh luyện Khảm trung Diên,
Phối hợp Ly trung Hống,
Diên Hống kết Đơn sa,
Thân Tâm mới nhập định,

Nói Động tĩnh, nói Yểu Minh, nói Chân Thổ đều nói về khẩu quyết của Hoạt Tí Thời.

Thế nào là Động Tĩnh?

Thưa: Tịch nhiên bất động, phản bản, phục tĩnh, đó là của giờ Khôn. Ta lấy Tĩnh mà đợi nó. Tĩnh cực rồi động, Dương khí manh nha, đó là giờ của Phục. Ta lấy động mà ứng với nó.

Đáng Động mà pha Tĩnh vào, đáng Tĩnh mà pha Động vào. Hoặc khi chưa lớn mà lại nâng cho lớn lên, hoặc khi đã hết mà còn thêm, đều không phải là lẽ thường tình của Động Tĩnh.

Bậc Chí nhân xưa nói: Động là Thiên Hành, Tĩnh là Uyên Mặc (lặng như vực sâu). Đáng động thì động, đáng tĩnh thì tĩnh, đó là lẽ thường.

Học giả ngày nay, không biết rằng Động Tĩnh trong Đan pháp có qui luật, nên người chuyên về Động, người lại chuyên về Tĩnh. Đối với họ, Động là Hành khí, Tĩnh là Thiền Định, Như vậy là sai.

Chỉ Huyền Thiên há chẳng nói:

Nhân nhân khí huyết bản thông lưu, 人人气血本通流，
Doanh vệ Âm Dương bách khắc chu, 荣卫阴阳百刻周，
Khởi tại bế môn, học hành khí, 岂在闭门学行气，
Chính như đầu thượng hựu an đầu. 正如头上又安头。
Ai ai khí huyết cũng lưu thông,
Chảy quanh Doanh vệ, suốt ngày ròng,
Đâu lại bế môn học hành khí,
Như đã có đầu lắp thêm đầu.

Đâu phải Hành Khí là động?

Tuý Hư Thiên cũng nói:

Duy thử Kiền Khôn chân vận dụng, 唯此乾坤真运用，
Bất tất ngột ngột, đồ vô ngôn, 不必兀兀徒无言，
Vô tâm, vô niệm, Thần dĩ hôn, 无心无念神已昏，
An đắc ngưng tụ thành thai tiên. 安得凝聚成胎仙？

Đất trời vận dụng có qui mô,
Đâu phải ngồi ngây, miệng lặng tờ,
Tâm không, không niệm, Thần hồn mất,
Sao mà ngưng tụ kết Thai Tiên?

Đâu phải Thần Định là Tĩnh,

Con người Động cực thì Tĩnh, tự nhiên sẽ nhập vào yểu minh, yểu minh là khi ngủ. Tuy nhập vào cảnh giới không trời, không đất, không người, nhưng chưa đi vào mộng cảnh.

Nhưng khi vào mộng cảnh, thì sẽ có Vui, Giận, Kinh, Khủng, Phiền, Não, Bi, Hoan, Ái, Dục đủ mọi tình huống không khác lúc ban ngày.

Nhưng lại khác với cảnh giới yểu minh không trời, không đất, không người.

Yểu Yểu, Minh Minh chỉ thấy ban ngày lúc Động Cực mong Tĩnh, mới có cảnh tượng đó. Còn như đêm khi ngủ say, tất lại có mộng, thì làm sao mà có cảnh tượng Yểu Minh này được?

Lúc ban ngày, mỗi khi có lúc Yểu Minh, thì con người lại suy nghĩ tứ tung làm mất giây phút ấy. Còn như cầu để mà vào tình trạng Yểu Minh, thì thật là hiếm vậy.

Thôi Công (Nhập Dược Kính) nói: Nhất nhật nội, Thập nhị thời, Ý sở đáo, Giai khả vi 一日内, 十二时, 意所到, 皆可为。(*Trong mỗi ngày có 12 giờ, Ý mà đến, Đều làm được*).

Trong một ngày, ý đến không phải một lần, nên Thái Thủ cũng không phải chỉ có một lần.

Trương Bình Thúc gọi thế là: Một hột rồi lại một hột, từ ít tới nhiều vậy.

Tóm lại Đại Dược cần lấy Chân Ý mà cầu. Cho nên nói: Hảo bả Chân Diên, chước ý tầm 好把真铅着意寻。(*Phải chú ý mới tìm được Chân Diên*).

Lại còn nói: Hằng hướng Hoa Trì[148] chước ý tầm 恒向华池着意寻。(*Luôn phải hướng về Đơn Điền chú ý tìm cầu*)

Cho nên, Chân Ý trong con người chính là Chân Thổ. Chân Thổ sinh ra có khi không phải do cảm xúc mà cũng do tự nhiên. Dù khi ngồi xe hay cưỡi ngựa, dù là trong khi huyên náo nó cũng phát sinh được. Không gì cấm chỉ được nó, cho nên gọi là Chân Thổ.

Chân Thổ có hai loại: Mậu và Kỷ. Thổ đã có hai, thì Ý cũng có hai. Gọi là hai vì có đủ Âm Dương. Gọi là chân vì không chút cưỡng cầu, tà ngụy, thì đã có mưu lự. Mưu lự là thuộc hư giả, không phải là Chân ý vậy.

Có Chân Ý này rồi, thì Chân Diên mới sinh. Sao lại nói rằng: Có Chân Ý rồi, Chân Diên mới sinh?

Vì Động cực rồi tĩnh, Chân Ý vừa đến sẽ nhập Yểu Minh, Ý này Thuộc Âm, gọi là Kỷ Thổ. Âm Dương giao cấu, chính đáng là Khi Dương Hào vừa động, tự cảm thấy như hoa lòng vừa nở ra, khí ấm đầy mình, Âm Dương giao nhau nên Chân Tinh tự sinh. Mà Chân Tinh tức là Chân Hống. cho nên nói: Thuỷ Hương Diên[149], chỉ nhất vị 水乡铅, 只一味 (*Thuỷ Hương Diên có một mùi vị*) chính là vì vậy.

Âm Dương giao cấu, Giữa lúc Âm Dương chưa chia và sẽ chia, còn hoảng hoảng, hốt hốt, đó chính là lúc Âm cực sẽ Động. Cái Ý này thuộc Dương, đó là Mậu Thổ. Lúc ấy Chân Diên vừa lộ, Dược Vật hãy còn non yếu. Lúc ấy đã có hình có tượng, chẳng khác gì lúc mới bình minh, vừa thấy phát động quan kiện, tức tốc phải thái thủ lấy ngay, thì Chân Tinh vừa sinh ấy mới không bị mất mát.

---

[148] Hoa trì có nhiều nghĩa: 1. Cuống lưỡi. 2. Tâm. 3. Hạ Đan Điền

[149] Thủy Hương Diên chỉ quẻ Khảm. Dương bên trong là Diên, là Kim. Âm bên ngoài là Thủy, vì thế gọi là Thủy trung Diên hay Thủy Hương Diên.

Gọi là Thái Thủ Công Phu, chính là Hình giải quyết 形解诀, của Đạt Ma, chính là Sơ Thừa Quyết 初乘诀 của Hải Thiềm.

Cả hai khẩu quyết đại khái giống nhau, và không ngoài bốn chữ: Hấp 吸, Để 舐, Toát 撮, Bế 闭.

Thuần Dương Tổ Sư nói:

Yểu Yểu, Minh Minh sinh Hoảng Hốt. 窈窈冥冥生恍惚，

Hoảng Hoảng, Hốt Hốt kết thành Đoàn, 恍恍惚惚结成团。

Đó chính là Khẩu quyết này.

Tuy hãy còn là phép Hữu Vi, chưa phải là Chân Thổ, nếu vậy làm sao thi triển công phu?

Cho nên nói: Chân Thổ cầm Chân Diên 真土擒真铅 (*Dùng Chân Ý thái thủ Chân Khí*).

Chân Diên (Chân Khí) thượng thăng sẽ phối hợp với Chân Hống (Nguyên thần). Nguyên thần gặp Chân Khí sẽ không bay đi mất, Vì thế nói: Chân Diên chế Chân Hống 真铅制真汞 (*Chân khí Khống chế Nguyên Thần*).

Chân Khí, Nguyên Thần đã qui về Chân Thổ (Đan Điền), thì thân tâm sẽ tự nhiên bất động và Kim Đơn Đại Dược sẽ thành vậy.

Trong một giờ, cũng có cơ vi Nhất Dương lai phục, cái cơ vi này không ở ngày Đông Chí, không ở ngày mồng một, không ở tại giờ Tí (nửa đêm). Nếu không thâm đạt Âm Dương, không thấu hiểu được tạo hoá trong ta, thì không sao hiểu được HOẠT TÍ THỜI. Đó là điều bí ẩn vậy.

Trong 12 giờ một ngày, lúc nào Âm Dương cũng giao cấu được, mà sao thánh nhân lại chọn giờ Tí, nhất Dương sơ động, là tại sao?

Thưa lúc ấy Thái Dương ở Chính Bắc, mà trong con người là ở Huyệt Vĩ lư, thế là tương ứng với trời đất.

Cho nên lúc ấy có thể ăn trộm cơ vi của trời đất, đoạt được chỗ huyền diệu của Âm Dương, luyện được hồn phách làm một, hợp được Tính Mệnh song tu.

Lúc ấy là giữa quẻ Khôn và quẻ Phục, lúc ấy là lúc Trời Đất đóng mở, là lúc Nhật Nguyệt hợp bích, là lúc Thảo Mộc manh nha, là lúc Âm Dương giao hội trong thân, Thần Tiên thái dược vào lúc ấy, lúc ấy là lúc Nội Chân, Ngoại Ứng, tương phù, tương hợp như hai miếng ấn tín chẻ đôi. Đó chính là lẽ THIÊN NHÂN HỢP PHÁT CHI CƠ, THẬT LÀ CHÍ DIỆU, CHÍ DIỆU VẬY.

Trần Nê Hoàn nói:

Mỗi đương Thiên Địa giao hợp thời. 每当天地交合时，

Đạo thủ Âm Dương tạo hoá cơ, 盗取阴阳造化机。

Mối khi Thiên Địa giao hội thời,

Trộm lấy Âm Dương Tạo hoá cơ.

Âm Phù Kinh viết: Thực kỳ thời, bách hài lý, Đạo kỳ cơ, Vạn hoá an, 食其时, 百骸埋; 盗其机, 万化安。*(Mỗi khi ta uống ăn, cơ thể được điều lý, Ăn trộm được Huyền cơ, Vạn biến sẽ an toàn).*

Thế nào là Huyền Cơ?

Thiên căn Lý cực vi. 天根理极微

Kim niên sơ tận xứ. 今年初尽处

Thời nhật khởi đầu thì, 时日起头时

Thử tế dị đắc ý, 此际易得意

Kỳ gian nan hạ từ, 其间难下词

Nhân năng tri thử ý, 人能知此意，
Hà sự bất năng tri? 何事不能知？
Thiên căn Lý rất sâu,
Năm nay vừa sơ động.
Năm tới đã bắt đầu,
Biên tế ấy rất dễ hiểu,
Nhưng khó nói nên lời,
Nếu ai hiểu ý đó,
Thì gì mà không hiểu?

Biên tế ấy chính là Chân Cơ, diệu xứ vậy.

Kinh Chu Dịch đã hiểu rõ Chân Cơ vi diệu ấy, mà hiểu rõ Chân Cơ vi diệu của Chu Dịch là quẻ PHỤC. Hiểu rõ Vi Diệu quẻ PHỤC chính là hào sơ.

Cho nên mới nói: Phục kỳ kiến Thiên Địa chi tâm hồ? 复其见天地之心乎？*Phục rồi, được thấy Thiên Tâm (Vì lòng Trời Đất cũng trong lòng trời).*

Vì trong giờ phút ấy, một Dương trở lại trong Trời Đất, mà Trời Đất trong ta cũng như vậy, trong thì ta sẽ Thái Thủ được Dương Khí trong thân ta, thế là ăn trộm được Dương Khí trời đất, thì Dương Khí đó há chẳng hoàn nạp vào trong thân ta, để trở thành Dược Vật hay sao?

Thiên Địa tuy lớn, tạo hoá tuy thần diệu, nhưng cũng không vượt ra ngài cái Phát cơ này, Đó là lẽ tự nhiên vậy.

Nếu con người biết lẽ Thiên Nhân Hợp Phát này, mà nửa đêm tĩnh toạ, ngưng Thần tụ Khí[150], thu thị, phản thính (tức là biết Nội Quan), ngậm miệng không nói, trúc cố Đan Điền, một niệm không sinh, vạn duyên đốn tức. Hỗn hỗn, độn độn, như Thái cực chưa phân, minh minh, chỉ chỉ như Lưỡng Nghi chưa manh nha, lặng lẽ riêng còn, như vực sâu lồng bóng nguyệt. Tịch nhiên bất động, như nước trong không sóng. Trong chẳng biết có thân, ngoài không biết có vũ trụ. Đợi cuối giờ Hợi, đầu giờ Tí, Dương khí Trời Đất sẽ đến, thì phải cấp tốc Thái Thủ. Nếu nó chưa đến thì cứ Hư Tâm mà chờ, không được ra tay trước.

Khuất Nguyên (Viễn Du Thiên) nói:

Đạo khả thụ hề, bất khả truyền. 道可受兮不可传。
Kỳ tiểu vô nội hề, kỳ đại vô ngân, 其小无内兮其大无限。
Vô hoạt nhi hồn hề, bỉ tương tự nhiên, 母滑而魂兮彼将自然。
Nhất khí khổng thần hề, vu trung dạ tồn, 一气孔神兮于中夜存。
Hư dĩ đãi chi hề, vô vi chi tiên, 虚以待之兮无为之先。
Đạo chỉ cảm thấy, không thể truyền,
Nhỏ thì nhỏ xíu, lớn vô biên,
Nó không phải hồn linh, tự nhiên tới,
Nó là Khí thần kỳ, sinh lúc nửa đêm,
Phải Hư Tâm chờ, không được tranh tiên,

Hứa Dinh Dương (Tam Dược Ca) nói: Tồn Tâm, tuyệt lự, hầu tinh ngưng, 存心绝虑候晶凝 *(Chính niệm, tuyệt lự, chờ Dương Tinh ngưng).*

Chỉ Huyền Thiên viết: Tắc Đoài, thuỳ Liêm, mặc mặc khuy 塞兑垂帘默默窥 *(Ngậm miệng, buông rèm, lặng lẽ trông)*

Ô hô!

Thời thìn nhược chí bất lao tâm, 时辰若至不劳心，
Nội tự tương giao, tự kết ngưng, 内自相交自结凝。

[150] Ngưng kết Nguyên Thần, tập kết Nguyên Khí

Nhập thất án thời, tu đẳng chước, 八室按时须等着，
Nhất luân Hi Ngự tự đằng thăng, 一轮曦驭自腾升。
Thời thìn, khí tới khỏi lao tâm,
Trong tự tương giao, tự kết ngưng,
Nhập thất án thời, nên biết đợi.
Tự nhiên vừng Nhật sẽ đằng thăng!

Há dám tranh tiên sao?

Kim Đơn Đại Dược kết thai ở tiên thiên, sinh ra ở hậu thiên. Cái vi diệu là lúc Thái Cực sắp phân hay chưa phân. Tĩnh đã cực nhưng chưa tới Động. Dương sắp về nhưng chưa rời Âm. Lúc ấy, như có làn khói nhạt che mờ núi non, như có làn sương nhẹ che mờ sông nước, là tà như tuyết mùa đông lúc ngưng, lúc tụ, trầm trầm như nước đang lắng lại.

Trong khoảnh khắc ấy, một khiếu nhỏ phát sinh, cơ thể mềm như tơ, tim thấy hoảng hốt, dương vật tự nhiên cử phát, lúc ấy Dương khí lưu thông tới Thượng Đan Điền, thời cơ đã tới, Đó chính là Hoạt Tí Thời, hai lỗ mũi sẽ trương nở. Đó là lúc Thời Chí Thần Hoá, lúc Đại Dược sản sinh. Trong bụng sôi như sấm, và Đan Điền cũng trương khai, Nguyên Khí hùng dũng xung tiến vào Đan Điền Lúc ấy là lúc Huyền Quan lộ xuất và là lúc Nội Đan xuất Khoáng.

Thiệu Khang Tiết viết:

Hoảng hốt Âm Dương sơ biến hóa, 恍惚阴阳初变化，
Nhân uân Thiên Địa sạ hồi tuyền, 氤氲天地三回旋。
Trung gian ta tử hảo quang cảnh, 中间些子好光景，
An đắc công phu nhập ngữ ngôn, 安得功夫入语言。
Hoảng hốt Âm Dương vừa biến hoá,
Thiên địa chuyển vần mới phân khai,
Thời gian mỹ hảo, cảm được đó,
Làm sao mô tả được nên lời,

Bạch Ngọc Thiềm viết:

Nhân khan Đẩu Bính vận Chu Thiên, 因看斗柄运周天，
Đốn ngộ Thần tiên chân Diệu Quyết, 顿悟神仙真妙诀。
Nhất điểm Chân Dương sinh Khảm vị, 一点真阳生坎位，
Bổ khước Ly cung chi sở khuyết. 补却离宫之所缺。
Nhân trông Bắc Đẩu vận chu thiên.
Liền hiểu thần Tiên Chân Diệu Quyết.
Một Điểm Chân Dương sinh Khảm vị.
Xung vào chỗ khuyết của Ly cung.

Trời Đất xưa nay, với Khảm Ly, Nhật Nguyệt, vận chuyển không ngừng nghỉ, Đông chí năm nay, mai hoa vẫn ngưng tuyết như cũ (Thế là Tuyết Lý Hoa Khai). Ngày đó, tiên thánh đóng cửa quan không cho ai lai vãn. Cốt là phục vụ chúng sinh[151]. Vạn vật đều hàm dưỡng ý nghĩa sinh dục. Đó chính là lúc Tí Sơ, Hợi Mạt, Tạo Vật im lìm, hoả sinh từ nước. Ảo diệu sinh từ Hư Nguy Huyệt. Nay đã hiểu, thì Kim Ô (Nguyên Thần) sẽ nhập Thiềm Huyệt (Đan Điền).

Nói Hư Nguy huyệt, cũng chính là Địa Hộ, Cấm Môn vậy[152]. Huyệt này nằm giữa hai mạch Nhâm Đốc. Trên thông Thiên Cốc (Nê Hoàn), dưới đạt Dũng Tuyền. Cho nên Thánh xưa nói: Thiên môn thường khai, Địa hộ vĩnh bế.

---

[151] Vì vạn vật lúc sơ sinh, còn yếu ớt, cần phải được tĩnh dưỡng.
[152] Đó chính là huyệt Vĩ Lư

Vả Âm Dương tụ tán vốn tại đó, Thuỷ hoả phát sinh vốn tại đó. Âm Dương biến hoá vốn tại đó, Hữu Vô xuất nhập vốn tại đó, Tử mẫu phân Thai vốn tại đó.

Tuý Hư Thiên viết:

Hữu nhất tử mẫu phân thai lộ, 有一子母分胎路，
Diệu tại Vĩ, Cơ, Đẩu, Ngưu, Nữ. 妙在尾箕斗牛女。
Con đường tử mẫu phân thai Lộ,
Diệu tại Vĩ, Cơ, Đẩu, Ngưu, Nữ,

Huyệt này hết sức quan trọng. Nó chính là đầu bờ Sinh Tử của con người, nên Tiên Gia gọi là Sinh Tử Quật.

Tham Đồng Khế viết: Trúc cố Linh Chu 筑固灵株 (*Xây chắc Khí căn*). Chính là thế. Hay Câu Thúc Cấm Môn 拘束禁门 cũng chính là thế.

Huỳnh Đình Kinh viết: Bế tắc Mệnh môn bảo Ngọc Đô[153] 闭塞命门保玉都 *(Bế tắc Mệnh Môn để bảo tinh)*, cũng là vậy, hay: Bế Tử Tinh Lộ Khả Trường Hoạt 闭子精路可长活 *(Bế tắc Tinh Lộ sẽ sống lâu)* cũng là như vậy.

Cho nên lúc Âm Dương sơ sinh, hình như Liệt Hoả, như Viêm Phong, thấu lộ cửa quan mà ra, chắc phải qua huyệt này, vì trong đã đóng kỹ, nên nó không công kích để mở ra được, nên phải trở về huyệt Vĩ Lư, xung lên Thiên Cù (Đốc Mạch), cứ thế tiến lên, vượt Tam Quan (Vĩ Lư, Giáp Tích, Ngọc Chẩm), lên đến đỉnh đầu, phối hợp với Chân Hống (Nguyên Thần), kết thành Đan Sa, nếu không phải do công phu Câu Thúc Cấm Môn (Khẩn bế Hậu môn) thì là do cái gì?

Đó là khẩu quyết của Lã Đồng Tân (Thuần Dương Văn tập).

Vô trung xuất hữu hoàn đơn tượng 无中出有还丹象，
Âm Lý sinh Dương, Đại Đạo cơ. 阴里生阳大道基。
Từ Vô sinh Hữu, tượng hoàn đơn,
Trong Âm sinh Dương, nền đại đạo,

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (Hoả Hầu Ca)

Chí cực thanh hư thủ tĩnh đốc, 致极清虚守静笃，
Tĩnh trung nhất động Dương lai phục, 静中一动阳来复。
Chí cực thanh hư, thủ tĩnh đốc,
Tĩnh đốc động thời, Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết của Hán Chung Ly trong Phá Mê Chính Đạo Ca.

Nhất điểm tối sơ Chân Chủng Tử. 一点最初真种子，
Nhập đắc Đơn Điền vạn cổ xuân, 入得丹田万古春。
Một điểm tối sơ Chân Chủng Tử,
Vào được Đơn Điền, Vạn cổ Xuân,

Đó là khẩu quyết của Bạch Ngọc Thiềm (Vạn Pháp Qui Nhất ca).

Nhất Dương tài động Đại Đơn thành, 一阳才动大丹成，
Phiến hướng công phu, Tạo Hoá Linh, 片饷工夫造化灵。
Nhất Dương vừa động, Đại Đơn thành,
Phút giây, thấy công phu Tạo Hoá,

[153] Ngọc Đô là Thân con người

Đó là khẩu quyết Huỳnh Thiềm Tử (Luyện Hư Ca).

Hư cực hựu hư, nguyên khí ngưng, 虚极只虚元气凝，
Tĩnh chi hựu tĩnh, Dương lai phục. 静之又静阳来复。
Hư cực tĩnh đốc, Nguyên Khí ngưng,
Tĩnh tới cùng Cực, Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết của Lưu Hải Thiềm (Hoàn Kim Thiên).

Miểu mạc đãn lao Thuỷ lý nguyệt, 渺邈但捞水里月，
Phân minh chỉ thái kính trung hoa. 分明只采镜中花。
Xa xôi, muốn mò trăng đáy nước,
Phân minh cũng chỉ hái hoa gương,

Đó là khẩu quyết của Hứa Tinh Dương (Thạch Hàm Ký).

Hoảng Hốt yểu minh nhị khí tinh, 恍惚窈冥二气精，
Năng sinh vạn vật hợp Kiền Khôn. 能生万象合乾坤。
Tinh hoa của Âm Dương nhị khí,
Đã sinh thành vạn vật Kiền Khôn,

Đó là khẩu quyết của Trương Tử Dương (Ngộ Chân Thiên).

Hoảng hốt chi trung tầm Hữu Tượng, 恍惚之中寻有象，
Yểu minh chi nội, mịch Chân Tinh, 窈冥之内觅真精。
Từ trong hoảng hốt tìm chân Tượng.
Từ chốn yểu minh thấy Chân Tinh.

Đó là khẩu quyết của Hoàng Dương Tử (Kiến Tính Thiên):

Nhật Tinh nhược dữ Nguyệt hoa hợp, 日精若与月华合，
Tự hữu Chân Diên xuất thế lai, 自有真铅出世来。
Nhật tinh mà hợp với Nguyệt hoa,
Sẽ có Chân Diên sinh tại thế,

Đó là khẩu quyết của Trương Dụng Thành (Ngộ Thiên Chân).

Nhược vấn Chân Diên hà vật thị, 若问真铅何物是，
Thiềm Quang chung nhật chiếu Tây Xuyên, 蟾光终日照西川。
Nếu hỏi Chân Diên ấy vật chi?
Suốt bưởi trăng soi, chiếu Tây Xuyên.

Đó là khẩu quyết của sách Chư Chân Huyền Áo quảng tập.

Chân Diên bất sản Ngũ Kim nội, 真铅不产五金内，
Sinh tại Yểu minh Thiên Địa gian, 生在窈冥天地间。
Chân Diên không thấy trong kim loại,
Nó vốn sinh từ Thiên Địa Gian,

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thuần (Nguyên Đạo Ca).

Khảm thuỷ trung gian nhất điểm Chân, 坎水中间一点真，
Cấp tu thủ hướng Ly trung thấu, 急须取向离中辏。

Một điểm Chân Dương Khảm thuỷ gian,
Mau lấy đem về Ly trung thấu.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (trung Hoà Tập).

Tam vật hỗn dung, tam tính hiệp, 三物混融三性合，
Nhất Dương lai phục, nhất Âm tiêu, 一阳来复一阴消。
Tinh, Khí, Thần, tự nhiên hợp nhất,
Chính là lúc Nhất Dương lai phục.

Đó là khẩu quyết của Lưu Phụng Chân (trong Bạch Long Đông).

Ta nhi dục vấn Thiên Căn xứ, 些儿欲问天根处，
Hợi Tí trung gian đắc Tối Chân, 亥子中间得最真。
Muốn tường Thiên căn xứ ở đâu?
Phải biết trung gian giữa Hợi Tí.

Đó là khẩu quyết của Mai Chí Tiên (Thái Dược ca).

Âm Kiều, Nê Hoàn nhất khí tuần hoàn, 阴桥泥丸一气循环。
Hạ Xuyên Địa Hộ, thượng bạt Thiên Quan, 下穿地户上拨天关。
Một khí tuần hoàn từ Âm Kiều đến Nê Hoàn,
Dưới xuyên Địa Hộ, thượng thấu Thiên Quan,

Đó là khẩu quyết của Thạch Hạnh Lâm.

Vạn lại phong suy khởi, 万籁风吹起，
Thiên san nguyệt sạ viên. 千山月乍圆。
Cấp tu hành chính lệnh, 急须行政令，
Tiện khả vận Chu Thiên, 便可运周天。
Gió vừa loạn khởi lai,
Âm thanh muôn vạn phát,
Đỉnh núi trăng vừa tròn[154]*,*
Lập tức hành chính lệnh,
Mới vận được chu thiên[155]*.*

Đó là khẩu quyết của Huỳnh Thiềm Tử.

Khả đạo phi thường Đạo, 可道非常道，
Hành Công thị Ngoại Công, 行动是外功。
Ta nhi Chân Tạo Hoá, 些儿真造化，
Hoảng hốt yểu minh trung, 恍惚窈冥中。
Chân Đạo đâu nói được,
Hành Công ấy Ngoại Công,
Bí quyết Chân Tạo Hoá,
Ở tại Yểu Minh trung.

[154] Chỉ Nội Đan kết thành
[155] Khiến Khí thông Nhâm Đốc 2 mạch

Đó là khẩu quyết của Thạch Đắc Chi.

Dược thủ Tiên Thiên Khí, 药取先天气，
Hoả tầm Thái Dương tinh 火寻太阳精。
Năng tri dược thủ hoả, 能知药取火，
Định Lý kiến Đơn thành, 定里见丹成。
Tiên thiên khí là Dược,
Còn hoả ấy Nguyên Thần
Biết dược và biết hoả,
Trong định Đơn sẽ thành,

Đó là khẩu quyết của Lữ Thuần Dương (Lữ Đồng Tân).

Yểu mịch Trường Sinh lộ, 要觅长生路，
Trừ phi nhận Bản Nguyên, 除非认本元。
Đô lai nhất vị dược, 都来一味药，
Cương đạo số thiên ban, 刚道数千般。
Muốn tìm nẻo Trường Sinh,
Phải biết Bản Nguyên mình,
Dược vị vốn chỉ một,
Người nói thành trăm nghìn,

Đó là khẩu quyết Kim Bích Kinh.

Nguyên Quân thuỷ luyện Hống, 元君始炼汞，
Thần thất hàm Động Hư, 神室含洞虚。
Huyền bạch sinh Kim Công, 玄白生金公，
Nguy nguy kiến Thuỷ Sơ, 巍巍见始初。
Nguyên thần thoạt luyện Hống,
Đơn điền đầy hư không,
Nguyên khí sinh Kim Công,
Sùng cao khai Nguyên Thuỷ,

Đó là khẩu quyết của Bành Hạc Lâm.

Đắc quyết qui lai thí luyện đan, 得诀归来试炼丹，
Long tranh, hổ chiến phiến thời gian, 龙争虎战片时间。
Cửa hoa thiên thượng nhân tri đắc, 九华天上人知得，
Nhất dạ phong lôi hám vạn san, 一夜风雷撼万山。
Biết khẩu quyết rồi thử luyện đan,
Long[156] *tranh, Hổ*[157] *chiến một thời gian,*
Một trời bừng sáng, người đều biết,
Một đêm sấm chớp chuyển vạn san.

[156] Nguyên Thần
[157] Nguyên Khí

Đó là Khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Hổ chi vi vật tối nan ngôn, 虎之为物最难言，
Tầm đắc qui lai huyền hựu huyền, 寻得归来玄又玄。
Nhất dương sơ động Quí sinh xứ, 一阳初动癸生处，
Thử tế nhân danh Đại Dịch tiên, 此际因名大易先。
Hổ (Chân Khí) là con vật khó tả sao,
Bắt được đem về lạ biết bao,
Nhất dương vừa động, thời gian ấy,
Là lúc Dịch Kinh gọi là Vô,

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.

Bán cân Chân Hống, Bán cân Diên, 半斤真汞半斤铅，
Ẩn tại Linh Nguyên Thái Cực Tiên, 隐在灵源太极先。
Tu sấn Tí thời đương thái thủ, 须趁子时当采取，
Luyện thành Kim Dịch nhập Đan Điền. 炼成金液入丹田。
Nửa cân Chân Hống, nửa cân Diên,
Ẩn tại Linh nguyên, Thái Cực tiền,
Phải nhân giờ Tí mà Thái Thủ.
Luyện thành Kim Dịch nhập Đan Điền.

Đó là khẩu quyết của Lữ Thuần Dương,

Tróc đắc Kim Tinh cố mệnh cơ, 捉得金精固命基，
Nhật hồn Đông bạn, nguyệt hoa Tây, 日魂东畔月华西。
Vu trung luyện tựu Trường Sinh dược, 于中炼就长生药，
Phục liễu hoàn đồng thiên địa tề. 服了还同天地齐。
Biết dùng Nguyên Khí cố mệnh cơ,
Nguyên Thần, Nguyên Khí hai bề đủ,
Đem về tu luyện thuốc Trường sinh.
Sẽ được sống lâu cùng trời đất,

Đó là khẩu quyết cử Từ Thần Ông.

Xán xán kim hoa nhật nguyệt tinh, 灿灿金华日月精，
Dung dung ngọc dịch Kiền Khôn tuỷ. 溶溶玉液乾坤髓。
Dạ thâm thiên vũ hồi vô trần 夜深天宇回无尘，
Duy hữu thiềm Quang chiếu thần thuỷ. 唯有蟾光照神水。
Xán lạn Kim Hoa Nhật nguyệt tinh,
Ngọc Dịch tinh hoa, Kiền Khôn tuỷ,
Đêm khuya Thiên Không quýnh vô trần,
Chỉ có Nguyên Thần chiếu Nguyên khí.

Đó là khẩu quyết của Trần Mặc Mặc.

Đoài Kim vạn bửu chính Tây Thành, 兑金万宝正西成，
Quế phách Trung Thu, bội dạng minh, 桂魄中秋倍样明。

Tiện hảo dụng công thi thái thủ, 便好用功施采取，
Hư trung dĩ đãi Nhất Dương Sinh. 虚中以待一阳生。
Đoài Kim Chính thực ở Tây Phương.
Nguyệt chiếu Trung Thu, rực rỡ thêm,
Lúc đó là khi cần thái thủ,
Hư trung chỉ đợi Nhất Dương sinh,

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.
Nhất hoằng Thần Thuỷ mãn Hoa Trì, 一泓神水满华池，
Dạ Dạ trì biên bạch tuyết phi, 夜夜池边白雪飞。
Tuyết lý hữu nhân cầm Ngọc Thố, 雪里有人擒玉兔，
Cản giáo minh nguyệt thượng hàn chi, 赶教明月上寒枝。
Nguyên Thần, Nguyên Khí mãn Hoa Trì,
Bên nước đêm đêm tuyết phân phi,
Trong tuyết có người bắt Ngọc Thố,
Giúp cho trăng sáng nhập Đan Điền.

Đó là khẩu quyết của Trần Đồ Nam.
Yểu minh tài lộ nhất đoan nghê, 窈冥才露一端倪，
Hoảng hốt vị tằng phân bỉ thử, 恍惚未曾分彼此。
Trung gian chủ tể giá ta nhi, 中间主宰这些儿，
Tiện thị thế nhân Chân Chủng tử, 便是世人真种子。
Yểu minh vừa lộ nhất đoan nghê (Đầu mối).
Hoảng hốt không ngoài Âm lẫn Dương,
Trung gian chủ tể là Thái Cực,
Cái đó chính là Chân chủng tử,

Đó là Khẩu quyết của Trần Thuý Hư,
Chỉ thủ nhất vị Thuỷ trung Kim, 只取一味水中金，
Thu thập Hư Vô tạo Hoá Quật, 收拾虚无造化窟。
Tróc tương bách mạch tận qui căn, 捉将百脉尽归根，
Mạch trụ, Khí đình, Đơn thuỷ kết, 脉住气停丹始结。
Chỉ đem Chân Khí Thuỷ trung Kim,
Thu thập đem về Tạo hoá Quật,
Lại đem bách mạch tận qui căn,
Mạch trụ, Khí đình, Đan sẽ kết,

Đó là khẩu quyết của Long Mi Tử,
Tiên Thiên Nhất khí hiệu Chân Diên, 先天一气号真铅，
Mạc tín mê đồ vọng chỉ truyền, 莫信迷徒妄指传。
Vạn Hoá tư trương, duyên trẫm triệu, 南北滋张缘朕兆，
Nhất linh phi tẩu lại câu kiềm. 一灵飞走赖拘钤。
Tiên Thiên nhất khí ấy Chân Diên,

Chớ tin bọn dốt chỉ huyên thuyên,
Vạn hoá chỉ sinh từ một gốc,
Nhất linh bay nhảy, phải giữ gìn,

Đó là khẩu quyết của Chung Ly Quyền,

Tắc Đoài thuỳ liêm tịch mặc Khuy, 塞兑垂帘寂默窥，
Mãn không bạch tuyết loạn sâm si, 满空白雪乱参差。
Ân cần thu nhập vô lệnh thất, 殷勤收拾无令失，
Trữ khán cô luân Nguyệt thượng thời, 贮看孤轮月上时。
Ngậm miêng, lim dim cố ngắm xem.
Đầy trời mưa tuyết, trắng Đan Điền,
Ân cần đem Nguyên Khí về Đan Điền,
Đợi Nguyên Thần xuất hiện (nữa) là xong,

Đó là khẩu quyết của Tiết Đạo Quang,

Vô bất vi chi, hữu dĩ vi, 无不为之有以为，
Khảm trung hữu bạch yếu qui Ly. 坎中有白要归离。
Thủy nguyên sơ đáo cực thanh xứ, 水源初到极清处，
Nhất điểm Linh Quang nhân bất tri, 一点灵光人不知。
Nhân chẳng làm chi, có làm chi,
Khảm trung Dương điểm phải qui Ly,
Ý niệm phải sao thanh hư cực,
Linh quang mới hiện, ít người hay.

Đó là khẩu quyết của Lữ Đồng Tân,

Mạc quái Dao Trì tiêu tức hi. 莫怪瑶池消息稀，
Chỉ duyên nhân sự cách thiên ki, 只缘人事隔天机。
Nhược nhân tầm đắc Thuỷ trung Hoả 若人寻得水中火，
Hữu nhất Huỳnh Đồng thượng Thái Vi, 有一黄童上太微。
Dao Trì tin tức ít kẻ hay,
Chỉ tại con người quá cách trời,
Khảm trung Chân Hoả mà tìm được,
Sẽ có Tiểu Tiên nhập Thái Vi.

Đó là khẩu quyết của Huỳnh Thiềm tử, Lý Ông.

Huyền Quan dục thấu tố công phu, 玄关欲透作工夫，
Diệu tại Nhất Dương lai phục sơ, 妙在一阳来复初。
Thiên Quí tài sinh, mang hạ thủ, 天癸方生忙下手，
Thái xứ thiết tu kiền đốc đồ. 采处切须虔笃图。
Muốn vào công tác tại Huyền Quan,
Nhất Dương lai phục, mới dễ bàn,
Thiện Quí vừa sinh, mau bắt lấy,
Hái thuốc dĩ nhiên phải bền gan,

Đó là khẩu quyết của Thiệu Khang Tiết.

Hốt nhiên dạ bán nhất thanh lôi, 忽然夜半一声雷，
Vạn hộ thiên môn thứ đệ khai 万户千门次第开。
Nhược thức vô trung hàm hữu tượng, 若识无中含有象，
Hứa quân thân kiến Phục Hi lai. 许君亲见伏羲来。
Nửa đêm bỗng thấy sấm rền trời,
Cửa rả muôn nghìn lớp lớp khai,
Hiểu được trong không dày dẫy có,
Khác nào thấy được Phục Hi Lai

Bài thơ trên là của Chu Hi. Bài thơ của Thiệu Khang Tiết là:

Đông chí Tí chi bán, Thiên Tâm vô cải di, 东至子之半, 天心无改移
Nhất Dương sơ động sứ, Vạn vật vị sinh thì. 一阳初动处, 万物未生时
Huyền tửu vị phương đạm, Thái Âm thanh chí hi, 玄酒味方淡, 太阴声正稀
Thử ngôn như bất tín, Cánh thỉnh vấn Bao Hi. 此言如不信, 更请问庖羲
Đông chí hàn băng khí phục quy, Cơ trời vốn dĩ chẳng sai di,
Nhất Dương vừa thoạt manh nha động, Vạn vật còn trong bão dựng thì,
Tiên tửu nếm qua thường nhạt nhẽo, Thái Âm nghe thoạt tưởng li ti,
Ví thử lời ấy chưa tin đủ, Xin hãy tiềm tâm hỏi Phục Hi.
(Xem Chu Dịch bản nghĩa, Nguyễn Duy Tinh, Tr. 209).

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Nguyên lai nhất vị Khảm Trung Kim, 元来一味坎中金，
Vị Đắc sư truyền uổng dụng tâm, 未得师传枉用心。
Hốt nhĩ đả khai đa bảo tạng, 忽尔打开多宝藏，
Mộc phi thổ dã bất thành lâm, 木非土也不成林。
Dương trung nhất vị Khảm Trung Kim
Không được sư truyền, phí sức tìm,
Tìm ra mở được nhiều kho báu,
Không nó cây sao mọc thành non?

Đó là khẩu quyết của Trần Thuý Hư,

Phụ tinh mẫu huyết, kết thai thành, 父精母血结胎成，
Thượng tự tha hình, tự ngã hình, 尚自他形似我形。
Thân nội nhận ngô chân phụ mẫu, 身内认吾真父母，
Phương tài tróc đắc Ngũ hành tinh. 方才捉得五行精。
Phụ mẫu huyết kết thành thai,
Trông tưởng khác mình, lại giống mình.
Trong thân nhận được chân Phụ mẫu[158]
Rồi ra bắt được Ngũ hành Tinh (Nội Đơn).

[158] Nguyên Thần, Nguyên Khí

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn

Tây Nam lộ thượng nguyệt hoa minh, 西南路上月华明，
Đại Dược hoàn tòng thử xứ sinh, 大药还从此处生。
Nhận đắc cổ nhân thi nhất cú, 记得古人诗一句，
Khúc Giang chi thượng Thước Kiều hoành. 曲江之上鹊桥横。

Đường tới tây nam trăng sáng quắc,
Đại Dược cũng do thử xứ sinh,
Thi phú người xưa được nhất cú,
Khúc Giang[159] *sông ấy,Thước Kiều*[160] *ngang,*

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.

Luyện đơn tử tế biện công phu, 炼丹仔细辨功夫，
Trú dạ ân cần thủ dược lô, 昼夜殷勤守药炉。
Nhược ngộ nhất dương tài khởi phục, 若遇一阳才起复，
Nộn thời tu thái, lão thời khô. 嫩时须采老时枯。

Luyện đơn khéo khéo biện công phu.
Đêm ngày cần mẫn thủ Dược Lô.
Nếu thấy Nhất Dương vừa sinh lại,
Non thời mới hái, kẻo già khô.

Đó là khẩu quyết của Trương Tam Phong.

Phật Ấn chỉ xuất hư nhi giác, 佛印指出虚而觉，
Đơn Dương quyết phá Vô trung Hữu, 丹阳诀破无中有。
Tróc trụ Nguyên sơ na điểm Chân, 捉住元初那点真，
Vạn cổ thiên thu thân bất hủ, 万古千秋身不朽。

Phật Ấn chỉ xuất Hư nhi Giác,
Đơn Dương quyết phá Hữu trong Vô,
Nhất Dương lai phục tìm ra được,
Sẽ có Thiên Thu bất hủ thân,

Đó là khẩu quyết của Châu Ngọc Tập.

Thủy hương Diên trung chỉ nhất vị, 水乡铅中只一味，
Bất thị Tinh Thần, bất thị Khí, 不是精神不是气。
Nguyền thần tức thị Tính Mệnh Căn. 元来即是性命根，
Ẩn tại Tiên Thiên Chân Khảm Nội, 隐在先天心坎内。

Thuỷ trung Kim kia chỉ một vị,
Không phải Tinh, Thần, không phải Khí,
Nguyên Thần ấy chính là Tính Mệnh Căn.
Ẩn tại Tiên Thiên Chân Khảm Nội,

Đó là khẩu quyết của Thượng Dương Tử.

Kháp kháp tương đương tuyệt diệu kỳ, 恰恰相当绝妙奇，
Trung Thu thiên thượng nguyệt viên thì, 中秋天上月圆时。
Dương sinh cấp thái vô lệnh hoãn, 阳生急采无今缓，

[159] Nguyên Thần, Nguyên Khí
[160] Nguyên Thần, Nguyên Khí

Tiến Hoả công phu yếu lự nguy. 进火功夫要虑危。
Hoả hậu luyện đơn thật diệu kỳ.
Trung thu tháng tám trăng tròn trặn,
Nhất Dương mà tới chớ diên trì,
Tiến Hoả công phu phải phòng nguy.

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn.
Ly Khảm danh vi Thuỷ Hoả Tinh, 离坎名为水火精，
Bản thị Kiền Khôn nhị quái thành, 本是乾坤二卦成。
Đãn thủ Khảm Tinh điểm Ly huyệt, 但取坎宫点离穴，
Thuần Kiền tiện khả nhiếp phi huỳnh. 纯乾便可摄飞琼。
Ly Khảm có tên Thuỷ Hoả Tinh,
Chúng chính Kiền Khôn biến hoá thành,
Đem được Khảm Dương về Ly vị,
Thuần Kiền âu sẽ phục hồi linh.

Đó là khẩu quyết của Huyền Áo Tập.
Hoảng hốt chi trung hữu chí Tinh, 忧惚之中有至精，
Long ngâm hổ khiếu tối kham thinh, 龙吟虎啸最堪听。
Huyền Châu phi sấn Côn Lôn khứ, 玄珠飞趁昆仑去，
Trú dạ Hà Xa bất tạm đình, 昼夜河车不暂停。
Hoảng hốt chi trung hữu chí tinh,
Nguyên Thần, Nguyên Khí hiệp hoà thanh,
Huyền châu bay thẳng Côn Lôn đỉnh,
Vận Khí Hà Xa chẳng được đình,

Đó là khẩu quyết của Tiết Tử Hiền.
Yết yết tương tòng hưởng phát thì, 轧轧相从响发时，
Bất tòng tha đắc khoát nhiên tri, 不从他得豁然知。
Kết cao[161] thuyết tận vô sinh khúc, 桔槔说尽无生曲，
Tỉnh để Nê Xà vũ chá chi[162]. 井底泥蛇舞柘枝。
Yết yết vừa nghe trục nước quay,
Hốt nhiên minh giác chẳng nhờ ai,
Tiếng gầu vận nước nêu ý tứ,
Cho thấy giếng sâu khúc Chá Chi[163].

Đó là Khẩu quyết của Hứa Tuyên Bình,
Phản bản hoàn nguyên dĩ đáo Kiền, 返本还原已到乾，
Năng thăng, năng giáng hiệu phi tiên, 能升能降号飞仙。
Nhất Dương sinh thị hưng công nhật, 一阳生是兴功日，
Cửu chuyển chu vi đắc đạo niên, 九转周为得道年。

[161] Kết cao = Con quay đặt trên mặt giếng để kéo nước cho dễ dàng
[162] Chi Nguyên Thần, Nguyên Khí kết hợp
[163] Tên một khúc hát múa

Khảm dạy hồi nguyên tới quẻ Kiền,
Biết hô biết hấp sẽ thành tiên,
Nhất Dương lai phục, công thành khắc,
Cửu chuyển đơn thành, đắc đạo niên,

Đó là khẩu quyết của Trần Thuý Hư,

Nhật ô, Nguyệt thố lưỡng luân viên, 日乌月兔两轮圆，
Căn tại Tiên Thiên thái thủ nan, 根在先天采取难。
Nhật dạ vọng trung năng thái thủ, 月夜望中能采取，
Thiên Hồn địa phách kết Linh Đan, 天魂地魄结灵丹。
Nguyên Thần, Nguyên khí lưỡng luân viên,
Gốc lại Tiên Thiên, thái thủ nan,
Chỉ lúc trăng tròn, mới hái được,
Tinh Hoa Trời đất kết Linh Đan.

Đó là khẩu quyết của Kim Đơn toát Yếu,

Nhất khí đoàn thành ngũ vật chân. 一气团成五物真，
Ngũ vật đoàn thành nhất vật linh, 五物团成一物灵。
Đoạt đắc Kiền Khôn Chân Chủng Tử, 夺得乾坤真种子，
Tử sinh tôn hề hựu sinh tôn, 子生孙兮又生孙。
Nhất Khí xuất sinh ra vũ trụ.
Ngũ hành lại tạo được Đan Linh,
Biết được Kiền Khôn Chân Chủng Tử,
Con con cháu cháu sẽ trường tồn.

Đó là Khẩu quyết của Hồi Cốc Tử,

Tinh thần khí huyết qui tam yếu, 精神气血归三要，
Nam bắc Đông Tây cộng nhất gia, 南北东西共一家。
Thiên Địa biến thông phi bạch tuyết, 天地变通飞白雪，
Âm Dương hoà hợp sản Kim Hoa, 阴阳和合产金华。
Tinh Thần Khí Huyết qui Tam yếu,
Nam Bắc Đông Tây cộng một nhà,
Trời đất biến thông, phi bạch tuyết,
Âm Dương hoà hợp sản Kim hoa.

Đó là khẩu quyết của Vương Quả Trai.

Tinh Thần Khí thị dược tối thân, 精神气是药最亲，
Dĩ thử tu đơn thượng vị chân, 以此修丹尚未真。
Tu Đơn chỉ yếu Kiền Khôn tuỷ, 修丹只要乾坤髓，
Kiền Khôn tuỷ tức Khảm Ly nhân, 乾坤髓即坎离仁。
Tinh Khí Thần ba vật tương thân,
Luyện đơn dùng nó, chửa chắc chân,
Tu Đơn cần nhất Kiền Khôn Tuỷ,
Mà Tuỷ Kiền Khôn: Khảm Ly nhân

Đó là khẩu quyết của Trần Nê Hoàn,

Diên Hống tương truyền thế sở hi, 铅汞相传世所稀，
Chu Sa vi chất, tuyết vi y. 朱砂为质雪为衣。
Mung lung chỉ tại quân gia xá. 朦胧只在君家舍，
Nhật nhật quân khan, quân bất tri, 日日君看君不知。
Diên Hống tương truyền rất hiếm thay,
Trong gọi Kim Đơn, ngoài như tuyết,
Nó vốn trong Ông, Ông không biết,
Biết ra thời thấy thật liền tay.

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am.

Tiên Thiên chí lý diệu nan cùng, 先天至理妙难穷，
Diên sản Tây Phương, Hống sản Đông, 铅产西方汞产东。
Thuỷ Hoả nhị đồ phân thượng hạ, 水火二途分上下，
Huyền Quan Nhất Khiếu tại đương trung, 玄关一窍在当中。
Chân lý Tiên Thiên kỳ diệu khôn cùng,
Diên sinh ở Tây, Hống ở Đông,
Thuỷ Hoả đôi đường phân trên dưới,
Huyền Quan nhất khiếu ở giữa lòng,

Đó là khẩu quyết của Vương Dương Minh

Nhàn quan vật năng giai sinh ý, 闲观物能皆生意，
Tĩnh ngộ Thiên cơ nhập yểu minh 静悟天机入窈冥。
Đạo tại hiểm di, tuỳ địa lạc, 道在险夷随地乐，
Tâm vong ngư điểu tự lưu hành, 心忘鱼鸟自流行。
Nhìn xem muôn vật đều sống động,
Như vậy là sẽ biết Thiên cơ,
Đường đời dễ khó ta vui bước,
Tâm mà quên cảnh, sẽ thành công,

Đó là khẩu quyết của Thiệu Khang Tiết.

Thiên Tâm phục xứ thị vô tâm, 天心复处是无心，
Tâm đáo vô thời, vô xứ tầm. 心到无时无处寻。
Nhược vị vô tâm tiện vô sự, 若谓无心便无事，
Thủy trung hà cố khước sinh kim? 水中何故却生金。
Nhất Dương lai phục lẽ tự nhiên,
Tâm mà vô niệm khó mà tầm,
Nếu bảo vô tâm là vô sự,
Tại sao trong nước xuất hoàn cân (kim)?

Đó là khẩu quyết của Lý Thanh Am (Trung Hoà Tập).

Luyện Hống, phanh Diên bản một thời. 炼汞烹铅本没时，
Học nhân đương hướng định trung thôi. 学人当向定中推。
Khách trần dục nhiễm tâm vô trước, 客尘欲染心无着，
Thiên quý tài sinh thần tự tri. 天癸才生神自知。
Tính tịch Kim lai qui tính bản. 性寂金来归性本，

Tinh ngưng Khảm khứ bổ Nam Ly. 精凝坎去补南离。
Lưỡng ban Linh Vật giao tịnh hậu. 两般灵物交并后，
Âm tận, Dương thuần, đạo khả kỳ. 阴尽阳纯道可期。
Luyện Hống phanh Diên vốn không thời.
Người tu, định tĩnh, mới đáng tài.
Khách trần phải học Vô Tâm trước,
Thiên Quý (Dương Tinh) sinh ra là thần biết,
Tinh muốn qui căn, phải tĩnh lặng.
Khảm Dương phải biết lấy điền Ly.
Khảm Ly hòa hợp mà biết được,
Âm tận, Dương thuần, Đạo khả kỳ.

Đó là khẩu quyết của Lý Đạo Thuần (Trung Hoà Tập)
Hoả phù dung dị, dược phi dao, 火符容易药非遥，
Thiên Quí sinh như đại hải trào, 天癸生如大海潮。
Lưỡng chủng Hống Diên tri thái thủ, 两种汞铅知采取，
Nhất tề vật dục tận quyên tiêu, 一齐物欲尽捐消。
Hân phiên vạn hữu tam nguyên hợp. 掀翻万有三元合，
Luyện tận Chư Âm, Ngũ Khí triều. 炼尽诸阴五气朝。
Thập nguyệt thoát thai đan đạo tất, 十月脱胎丹道毕，
Anh Nhi hình triệu yết Thần Tiêu. 婴儿形兆谒神霄。
Hỏa phù không khó, Dược không xa,
Thiên Quí sinh như Đại Hải Trào.
Hống Diên hai vật mà hái được,
Vật Dục nhất tề sẽ hao tiêu.
Vạn hữu cố đem hoà hợp lại,
Luyện tận Chư Âm, Ngũ Khí triều.
Mười tháng thoát thai, Đan Đạo tất,
Anh Nhi hình hiện yết Thần Tiêu.

Đó là khẩu quyết của Trần Nam
Đoạt thủ Thiên Cơ diệu, 夺取天机妙，
Dạ bán khan Thần Tiêu. 夜半看神霄，
Nhất ta châu lộ. 一些殊露。
A thuỳ vận đáo đạo hoa đầu. 阿谁运到稻花头，
Tiện hướng Bắc trung thái thủ. 便向北中采取。
Uyển như bích liên hàm nhị, 宛如碧莲含蕊，
Trích phá Ngọc Trì thu. 滴破玉池秋
Vạn lại phong sơ khởi, 万籁风初起，
Minh nguyệt nhất sa âu. 明月一沙欧。
Bí quyết Thiên cơ đoạt, Nửa đêm nhìn Chuôi Đẩu,
Như thấy Thần Châu Lộ. Ai đem nước đó rải trên hoa?
Thủ Khảm điền Ly cần phải biết. Liên hoa sẽ nở ao Ngọc trì.
Nhạc trời trong gió vang lừng trổi, Chỉ thấy bóng trăng chiếu sa âu.

聚火載金圖

羊車鹿車牛車白牛車皆載金華而高升彼岸

金滿三車奪聖機
衝開九竅過曹溪
迢迢運入昆侖頂
萬道霞光射紫微

三車載寶上昆侖
無漏須拴濟筏門
電掣雷轟龍虎鬥
急收甘雨潤乾坤

北方正氣
號曰河車
載金上升
度我還家

陰陽之始
玄舍黃芽
五金之主
北方河車

下乘中乘上乘最上乘咸度法寶而直入涅盤

TỤ HOẢ TẢI KIM ĐỒ - 聚火载金图

(Nội dung trong đồ hình)

Dương xa, lộc xa, ngưu xa, bạch ngưu xa, giai tải Kim Hoa nhi cao thăng Bỉ Ngạn.

羊车鹿车牛车白牛车皆载金华而高升彼岸

Xe dê (Vận Khí), xe hươu (Vận Tinh), xe bò (Vận Thần), Xe bò trắng (Chở Thượng Thừa Công Pháp), đều tải Đan Kinh sang Bỉ Ngạn.

Hạ Thừa, Trung Thừa, Thượng Thừa, Tối Thượng Thừa, hàm độ Pháp Bảo nhi trực nhập Niết Bàn.

下乘中乘上乘最上乘咸度法宝而直入涅盘

Hạ Thừa, Trung Thừa, Thượng Thừa, Tối Thượng Thừa đều mang Pháp Bảo (Nội Đan) tới Niết Bàn.

Kim mãn tam xa đoạt Thánh Ki, 金满三车夺圣机
Xung khai cửu khiếu quá Tào Khê, 冲开九窍过曹溪
Điều điều vận nhập Côn Lôn Đỉnh, 迢迢运入昆仑顶
Vạn đạo hà quang xạ Tử Vi, 万道霞光射紫微

Ba xe đầy ắp chở Thánh Ki,
Mở toang chín khiếu, vượt Tào Khê (Đốc Mạch),
Xa xăm vận tới Côn Lôn Đỉnh,
Hào quang rực rỡ chiếu Tử Vi.

Tam xa tải bảo thượng Côn Lôn, 三车载宝上昆仑
Vô lậu tu thuyên tế phiệt môn, 无漏须拴济筏门
Điện xiết lôi oanh Long Hổ đấu, 电掣雷轰龙虎斗
Cấp thu cam vũ nhuận Kiền Khôn, 急收甘雨润乾坤

Ba xe chở báu đến Côn Lôn,
Muốn không lậu tiết bế Đan Điền,
Nguyên Thần Nguyên khí mau hoà hợp,
Cam Lộ rồi ra nhuận Kiền Khôn,

Bắc phương chính khí, 北方正气
Hiệu viết Hà Xa, 号曰河车
Tải Kim thượng thăng, 载金上升
Độ Ngã hoàn gia, 度我还家

Bắc phương Chính Khí, Tên gọi Hà Xa.
Tải Dương Quang lên đầu, Đưa ta về Tiên Cảnh,

Âm Dương chi thuỷ, 阴阳之始
Huyền xá Hoàng Nha. 玄舍黄芽
Ngũ Kim chi chủ, 五金之主
Bắc Phương Hà Xa, 北方河车

Âm Dương khởi thuỷ, Nhất điểm Hoàng Nha,
Chủ Tề Ngũ Kim, Bắc phương Hà Xa.

LUYỆN HOẢ TẢI KIM QUYẾT PHÁP
聚火载金诀法

Trước hết đem lửa của Nam Phương Ly Cung để luyện nước của Bắc Phương Khảm Cung, Đem Hồng gieo vào trong Hắc. Rồi ngưng thần nhập Rốn (Khôn Cung) mà sinh Dược. Rồi nay lại Dùng nước của Bắc Phương Kim mà chế lửa của Nam Phương Mộc. Thế là cho Hắc gặp Hồng. Thế là ngưng Thần nhập Đỉnh Đầu (Kiền Đỉnh) để thành Đan.

Nên Tử Dương (Ngộ Chân Thiên) nói:

Y tha Khôn vị sinh thành thể, 依他坤位生成体，
Chủng tại Kiền Gia giao cảm cung, 种在乾家交感宫。
Dựa vào Khôn Vị, sinh thành thể,
Trồng tại Kiền gia, Giao Cảm Cung,

Thôi Công (Nhập Dược Kính) viết:

Sản tại Khôn, chủng tại Kiền. 产在坤, 种在乾。*(Sinh ở Khôn, trồng ở Kiền).*

Kiền ở trên gọi là Đỉnh, Khôn ở dưới là Lô.

Nếu không nấu nung mãnh liệt, thì Thuốc không thể ra lò. Nếu không Đảo hành, nghịch triền, thì thuốc không thể lên Đỉnh. Diên là cái gì trầm trọng; nếu Diên không gặp lửa, thì làm sao mà bay được? Hống là cái gì nhẹ bay, nếu không gặp Diên thì làm sao mà ngưng kết? Vì thế nên Phương Pháp Tụ Hoả là rất cần yếu vậy.

Phương pháp Tụ Hoả như thế nào?

Phép này do nhị vị Tổ Sư là Đạt Ma và Bạch Hải Thiềm lập ra, lấy bốn chữ Hấp, Để, Toát, Bế làm khẩu quyết.

Hấp 吸 là hít khí vào để tiếp dẫn Tiên Thiên Khí; Để 舐 là đưa lưỡi lên cúa (Trong miệng, ngay dưới chân mũi) để hứng nước Cam Lồ. Toát 撮 là khép kín Hậu môn, đem Thần Khí lên Đỉnh đầu; Bế 闭 là ngậm miệng. Lim dim đôi mắt, nghe ngược bên trong. Lâu ngày Thần Thuỷ sẽ rơi xuống Huỳnh Đình.

Chính vì thế mà Thúy Hồ nói: Dưới mà không Bế, thì Hoả không tụ, mà Kim không thăng, Trên mà không Bế thì Dương sẽ không thăng mà đan cũng không kết, cho nên phép Tụ Hoả, là công việc trước tiên của công phu Thái Thủ và Phanh Luyện.

Hoảng hoảng, Hốt hốt là lúc phải Thái Thủ; Mãnh phanh, cực luyện là công phu Thái thủ: Hấp, Để, Toát, Bế là yếu chỉ Phanh luyện.

Vả phép Thái Thủ hay nhất là phải biết Thời cơ. Không được quá sớm. Quá sớm thuốc sẽ non và dễ bay mất, quá muộn thuốc sẽ già và thành chất. Tất phải chờ khi nào Chân Diên hoa nhả bạch, Huyền Châu thành Tượng, khi ấy mới là lúc Thái Thủ.

Trương Tử Dương nói:

Diên ngộ Quí Sinh, tu cấp thái 铅遇癸生须急采，
Kim phùng Vọng viễn bất kham đang. 金逢望远不堪当。
Diên cần Thái Thủ giờ Hoạt Tí.
Kim gặp hôm rằm ắt chẳng nên.

Trương Tam Phong viết:

Điện quang thước xứ tầm Chân Chủng, 电光炼处寻真种，
Phong tín lai thời mịch bản tông, 风信来时觅本宗。
Điện quang rực sáng tìm Chân Chủng,
Gió động là khi kiếm Bản Tông.

Chỗ Điện quang rực sáng là sau thời kỳ Yểu Yểu, Minh Minh, Hoảng Hốt là lúc Một Dương hào phát động, là lúc châu rơi xuống Hoa Trì,

Lúc này nên dùng khẩu quyết: Câu Thúc Cấm Môn của Tham Đồng Khế. Khẩn bế Thái Huyền (Chính Âm), Bế Nhâm, Khai Đốc. Tức phải dùng cơ Thác Thược để cổ vũ suy vận. Dùng mãnh Hoả mà đốt, thì nước sẽ bốc thành hơi. Nước bốc thành hơi, sẽ giá động Hà Xa, sẽ chở Kim lên Nê Hoàn, cùng Chân Diên phối hợp, Hống gặp Diên thì sẽ giáng xuống, sẽ không còn thượng đằng. Cứ vậy mà sưu thiêm (thêm bớt), cứ thế mà ngưng kết, tự nhiên Diên (Hồn, Âm) sẽ dần tiêu, Hống (Thần, Dương) sẽ dần tăng.

Lâu ngày, Diên sẽ tận mà Hống sẽ khô. Thế là Kim Đơn Đại Dược thành vậy.

Luyện Đại Dược vốn không thuật khác, chỉ thấy một điểm Tiên Thiên Tổ khí, làm mẹ Kim Đan. Thầy tôi dạy rằng.

Luyện Đại Phạn chi Tổ Khí, 炼大梵之祖炁，
Phi trửu hậu chi Kim Tinh. 飞肘后之金晶，
Tồn Đế Nhất chi diệu tướng, 存帝一之妙相，
Phản Tam Tố vu Huỳnh Đình. 返三素于黄庭。
Luyện Thiên Thần Tổ khí,
Đem thận gian động khí.
Về cất giữ tại Đan Điền,
Phản Tam Tố (Tinh, Khí, Thần) về Huỳnh Đình.

Học giả chỉ biết là Diên Hống kết thành Đan, mà không biết rằng Thái Thủ, Sưu Thiêm, Phanh Luyện, Hoả Hầu đều có thứ tự, pháp độ. Thái Thủ là động tác đầu tiên, Sưu Thiêm là công trình về sau, ở giữa là công phu điều đình, hoả hầu. Cho nên Tử Dương nói:

Túng nhận Chu Sa cập Hắc Diên. 纵认朱砂及黑铅，
Bất tri Hoả Hậu dã như nhàn. 不知火候也如闲。
Chỉ biết Chu Sa với Hắc Diên,
Hoả hầu không biết cũng vô duyên,

Chu Hối Ông nói:

Thần Tiên bất tác Tham Đồng Khế, 神仙不作参同契，
Hoả hậu công phu, na đắc tri? 火候工夫哪得知。
Thần Tiên không soạn Tham Đồng Khế?
Ai làm sao biết Hoả Hầu Công?

Tiết Đạo Quang viết:

Thánh Nhân truyền Dược bất truyền Hoả. 圣人传药不传火，
Tòng lai Hoả Hậu thiểu nhân tri. 从来火候少人知。
Mạc tướng Đại Đạo vi nhi hí. 莫将大道为儿戏，
Tu cộng Thần Tiên tử tế suy. 须其神仙仔细推。
Thánh Nhân truyền Dược, không truyền Hoả,
Vì thế Hoả Hầu ít ai hay,
Đừng đem Đại Đạo làm trò trẻ,
Phải với Thần Tiên tử tế suy.

Hoả Hầu có Văn, có Võ, không thể Nhất Tề Đồng nhau.

Tĩnh trung Dương Động, Kim Ly khoáng, 静中阳动金离矿
Địa hạ Lôi oanh, Hoả bức Kim. 地下雷轰火逼金
Trong Tĩnh Động Dương, Kim lìa Khoáng,
Đất vang sấm chớp, Hoả bức Kim,

Đó là tiết thứ tư của Hoả hầu.

Mạn thủ được lo khan hoả hậu, 谩守药炉看火候，

Đãn an thần tức nhiệm thiên nhiên, 但安神息任天然

Hãy giữ Đan Điền xem hoả hậu,

Hô Hấp điều hoà, pháp Tự Nhiên,

Đó là tiết thứ sáu của Hoả Hậu.

Dương văn, Âm vũ, vô lệnh thất, 阳文阴武无令失，

Tiến Thoái, sưu thiêm, hữu ngự thời, 进退抽添有驭持

Dương Văn, Âm Vũ không sai thác,

Tiến thoái, Sưu Thiêm phải có thời,

Đó là tiết thứ năm của Hoả Hầu.

Thành tính tồn tồn. 成性存存

Tính Trời cố giữ Chính Trung. Mở đường Đạo Nghĩa, dặm chừng vân du.

Đó là Hoả Hầu của Nho Gia.

Miên miên nhược tồn. 绵绵若存

Miên man muôn kiếp vẫn còn,

Muôn nghìn biến ảo, mà tuồng trơ trơ.

Đó là Hoả Hầu của Đạo Gia.

Bất đắc cần, bất đắc đãi. 不得勤、不得怠 *(Không quá siêu, không quá lười).*

Đó là Hoả Hầu của Thích Gia.

Tam nguyệt bất vi Nhân. 三月不违仁 *(Trong ba tháng lòng chẳng lìa điều Nhân).*

Đó là khẩu quyết của Nhan Uyên.

Ngô nhật tam tỉnh 吾日三省 *(Ta một ngày xét mình 3 lần)*

Đó là Hoả Hầu của Tăng Tử.

Nhật tri kỳ sở vong; Nguyệt vô vong kỳ sở năng. 日知其所亡, 月无忘其所能

(Mỗi ngày biết đã làm gì sai sót, mỗi tháng không quên đã làm được những gì).

Đó là khẩu quyết của Tự Hạ.

Giới thận hồ kỳ sở bất đổ, 戒慎乎其所不睹；

Khủng cụ hồ kỳ sở bất văn. 恐惧乎其所不闻

E dè cái mắt không nhìn,

Tai nghe không nổi cho nên hãi hùng.

Đó là Hoả Hầu của Tử Tư.

Tất hữu sự yên nhi vật chính, tâm vật vong vật trợ trưởng. 必有事焉而勿正心勿忘而勿助长 *(Muốn bồi dưỡng khí hạo nhiên, đối với việc phải mình đừng hấp tấp mà cầu cho mau xong, đừng có xao lãng, và đừng có mong sức trưởng thành của công việc).*

Đó là khẩu quyết của Mạnh Tử.

Phát phẫn vong thực 发愤忘食 *(Thích học đến quên ăn*).

Đó là vô hỏa khẩu quyết của Khổng Tử.

Lạc dĩ vong ưu 乐以忘忧 *(Khi biết thêm được điều gì hay, thì vui đến quên lo).*

Đó là Văn Hoả khẩu quyết của Khổng Tử.

Bất tri lão chi tương chí 不知老之将至 *(Không biết tuổi già đã đến*).

Đó là Chí Thành, không ngừng nghỉ, và Hoả Hầu thuần vậy.

Hoả Hầu thần, là Đan thành vậy. Thế là Công phu làm thánh hoàn tất vậy.

乾坤交媾圖

太紫玉流紫上摩太祝玄天甑帝寥紫内天天泥瑶彼玄天土真天黄玄崆最三交上清昆
淵清京珠金丹尼微融都符山乙天府院堂谷丸池岸門根島際宮房室峒高摩感天虛侖
池宮山宮成田珠宮峰　　山峰地宮關府頂

坎離
水火
鉛汞
乃生
既濟
入鼎
根蒂

翠微宮　圓覺海　中一宮　陀羅尼門　腦血之瓊房　魂精之玉堂

片餉功夫煉汞鉛一爐猛火夜燒天
忽然神水落金井打合靈砂月樣圓

地魄天魂日月精奪來鼎内及時烹
祇行龜鬥蛇争法早是龍吟虎嘯聲
神水華池初匹配黄芽白雪便分明
這些是飲刀圭處漸漸抽添漸漸成

上釜土　月光鼎　般若岸　波羅蜜地　百靈之命宅　津液之山源

CÀN KHÔN GIAO CẤU ĐỒ - 乾坤交媾图

(Nội dung trong đồ hình)

Côn Lôn đỉnh, 昆仑顶
Thanh Hư phủ, 清虚府
Thượng Thiên quan, 上天关
Giao cảm cung, 交感宫
Tam Ma Địa, 三摩地
Tối cao phong, 最高峰
Không Động sơn, 崆峒山
Huyền thất, 玄室
Huỳnh phòng, 黄房
Thiên cung, 天宫
Chân Tế, 真际
Thổ Đảo, 土岛
Thiên căn, 天根
Huyền môn, 玄门
Bỉ ngạn, 彼岸
Dao Trì, 瑶池
Nê Hoàn, 泥丸
Thiên cốc, 天谷
Thiên Đường, 天堂
Nội viện, 内院
Tử Phủ, 紫府
Liêu Thiên, 寥天
Đế Ất, 帝乙
Tắng Sơn, 甑山
Thiên Phù, 天符
Huyền Đô, 玄都
Chúc Dung Phong, 祝融峰
Thái Vi Cung, 太微宫
Ma Ni Châu, 摩尼珠
Thượng Đan Điền, 上丹田
Tử Kim Thành, 紫金成
Lưu Chân Cung, 流珠宫
Ngọc Kinh Sơn, 玉京山
Tử Thanh cung, 紫清宫
Thái Uyên Trì, 太渊池
Thuý Vi cung, 翠微宫
Viên giác hải, 圆觉海
Trung nhất cung, 中一宫
Đà La Ni Môn, 陀罗尼门

Não Huyết chi Quỳnh Phòng, 脑血之琼房
Hồn Tinh chi Ngọc Đường, 魂精之玉堂
Thượng phủ Thổ, 上釜土
Nguyệt quang Đỉnh, 月光鼎
Bát Nhã Ngạn, 般若岸
Ba La Mật địa, 波罗蜜地
Bách Linh chi Mệnh Trạch, 百灵之命宅
Tân Dịch chi sơn nguyên, 津液之山源

Phiến hướng công phu luyện Hống Diên, 片饷功夫炼汞铅
Nhất lô mãnh hoả dạ thiêu thiên, 一炉猛火夜烧天
Hốt nhiên Thần Thuỷ lạc Kim Tỉnh, 忽然神水落金井
Đả hợp Linh Sa, nguyệt dạng viên, 打合灵砂月样圆
Để tâm đoàn luyện Hống với Diên,
Lò đốt thâu đêm luyện Kim Đan,
Tự nhiên Chân khí rơi Kim Đỉnh,
Hợp luyện Linh Sa, tựa Nguyệt viên.

Khảm Ly tương giao, 坎离相交
Thuỷ hoả Ký Tế, 水火既济
Diên Hống nhập đỉnh, 铅汞入鼎
Nãi sinh căn đế. 乃生根蒂
Khảm Ly tương giao,
Thuỷ Hoả Ký Tế,
Diên Hống vào lò,
Sẽ sinh căn đế.

Địa Phách, Thiên Hồn nhật nguyệt tinh, 地魄天魂日月精
Đoạt lai đỉnh nội cập thời phanh, 夺来鼎内及时烹
Chi hành Qui đấu, Xà tranh pháp, 只行龟斗蛇争法
Tảo thị Long ngâm, Hổ khiếu thanh, 早是龙吟虎啸声
Thần Thuỷ, Hoa Trì sơ thất phối, 神水华池初匹配
Hoàng nha, Bạch tuyết tiện phân minh. 黄芽白雪便分明
Giá ta thị ẩm Đao Khuê xứ, 这些是饮刀圭处
Tiệm tiệm sưu thiêm, tiệm tiệm thành. 渐渐抽添渐渐成
Thiên hồn, địa phách lấy Tinh Hoa,
Lấy được đem về cấp luyện phanh,
Nguyên thần, Nguyên khí mong hoà hợp,
Như Rồng như Hổ góp âm thanh,
Nội Đan vừa kết, màu vàng trắng,
Thần thủy, Hoa Trì rất phân minh,
Uống được Đao Khuê là thành Đạo,
Thêm bớt từ từ, Thuốc sẽ sinh.

CÀN KHÔN GIAO CẤU KHỨ KHOÁNG LƯU KIM

乾坤交媾去矿留金

(Nội phụ Mão Dậu Chu thiên khẩu quyết)

内附卯酉周天口诀

Ta trước đây, đã hệ thống hai chữ Tính Mệnh bằng chữ Nhất, để giảng luận. Đó là phương pháp Thượng Thừa.

Nay lại đem hai chữ Tính Mệnh qui căn lại, bằng chữ Trung Nhi phi Nhất 中而非一, để lập luận. Đó là phương pháp Tối Thượng Thừa.

Giảng Tính Mệnh bằng chữ Nhất, cái đạo này tịch liêu, từ Chung Ly tới nay, ít người biết. Đừng nói chi là qui căn hai chữ lại mà nói. Như vậy người biết lại càng ít vậy. Cái kỳ bí của khiếu diệu này, cái vi diện của Tính Mệnh, nếu không nói đi, nói lại, thì học giả không giác ngộ được.

Con người trước khi cha mẹ sinh ra, thì Bản Thể chính là Thái Hư, đó chẳng phải là Vô Cực sao? Con người sau khi đã được cha mẹ cấu tinh, thì là Nhất Điểm Linh Quang, đó chẳng phải là Thái Cực sao?

Một điểm Linh Quang, vốn từ Thái Hư lại, là Nguyên Thần của ta. Từ đó sinh ra Khí, rồi Khí lại thành Hình. Con người chỉ biết có Hình, Khí. Chỉ biết ăn ngon, mặc đẹp nuôi dưỡng cái thân này, chỉ biết đem vinh hoa phú quý tô điểm cho thân này. Cứ thế rồi sinh tử, cho thế là được vậy, và cái điều mà Tử Tư gọi là Thiên Mệnh chi vị Tính, thì không biết hay không muốn biết. Mà kẻ đã không muốn biết thì Mạnh Tử há chẳng nói: Không nên vì Mình mà quên mất Bản Tâm hay sao?

Còn như nếu biết ra, thì sẽ quay về mình mà tìm kiếm, ắt sẽ hồi phục lại được, cái Nhất Khí Thái Hư lúc bản sơ, cái trạng thái cũ của Nhất Điểm Linh Quang. Những chuyện đó nếu không nhờ Kim Đan Đại Đạo thì không thể được.

Cái bí ẩn của Kim Đan Đại Đạo là ở nơi hai chữ Tính Mệnh. Tính là Trời, thường ẩn nơi đỉnh đầu. Cho nên đỉnh đầu là Căn Nguyên của Tính.

Mệnh là Bể, thường ẩn nơi Rốn, cho nên Rốn là gốc gác của Mệnh. Cho nên Kinh nói: Tính tại thiên biên, Mệnh trầm hải để 性在天边, 命在海底 *(Tính ở ven Trời, Mệnh chìm đáy Bể)* chính là vậy?

Vả cái Khiếu Trời thì tròn và tàng Tính. Nó thông với Khiếu Đất, và quán thông từ trên xuống dưới, trực tiếp, dưỡng dục và không làm hại. Còn cái Khiếu Đất thì vong và tàng Mệnh. Nó thông với Khiếu Trời và quán thông từ dưới lên trên, trực tiếp dưỡng dục và không làm hại.

Khổng tử nói: Trí giả động, Thiên viên chi tượng dã; Nhân giả tĩnh, Địa phương chi tượng dã. 智者动天圆之象也。仁者静地方之象也。*(Người Trí thời ưa hoạt động, đó là tròn tượng Trời, Người Nhân thời ưa an tĩnh, Đó là Vuông tượng Đất).*

Thế nào là trời tròn? Trong là tròn trĩnh. Đó là nơi Tính dựa nương, đó là nguồn gốc Mệnh vậy. Thế nào là Đất vuông? Phương là Phương Thốn (Tấc vuông) là nơi Mệnh hệ thuộc, là khu nữu của Tính.

Tính Mệnh hợp nhất, thì không còn là hai. Tiềm tàng nơi Trời là Trời. Tiềm tàng dưới Đất là Đất.

Ưu Ưu, Dương Dương, không hình thể, không phương sở. Hiện nơi mắt thì thấy, hiện nơi tai thì nghe, hiện nơi mũi thì ngửi, hiện nơi lưỡi thì biết đàm luận, hiện nơi tay thì cầm nắm, hiện nơi chân thì chạy nhảy, người ngộ thì biết đó là Phật Tính, người mê thì cho đó là Tinh Hồn.

Mà Phật tính là Bản Tính con người. Gọi là Bản Tính, vì há chẳng phải là ta vốn có Chân Tính đó hay sao? Chân tính đó, chính là Thiên Mệnh chi vị Tính.

Vì nó không thiên lệch, nên gọi là TRUNG vì nó là Nhất Chân vô vọng, nên gọi là THÀNH; vì nó cùng Vạn Vật đồng thể nên gọi là Nhân; vì nó Chí Tôn vô đối nên gọi là Độc, Hồn luân một khối, không thiếu, không thừa.

Khi Thái Cực đã chia, khi đã có Lưỡng Nghi thì khinh thanh bay lên trên, trọng trọc đi xuống dưới. Vì thế mà Khảm Cung có Diên, Ly cung có Hống, Thế là trước kia chỉ có một vật, đến nay đã chia thành hai.

Cho nên Tiết Tử Hiền (Phục Mệnh Thiên) nói: Nhất vật phân vi nhị, Năng tri Nhị giả danh. 物分为二, 能知二者名 *(Một vật chia thành hai, mới biết tên Hai đó).*

Tên của Hai, Đan kinh không dám nói hết, ví dụ có nhiều, vạn tự thiên danh, không sao kể xiết.

Như luận về Tính trên đầu, thì ví dụ rằng: Hống (Dương), Long, Hoả, Căn, Nhật, Hồn, Ly, Kiền, Kỷ, Thiên, Quân, Hư, Thố, Chủ, Vô, Phù, Chu Sa, Phù Tang, Xá Nữ, Côn Lôn.

Như luận về Mệnh, nơi rốn, thì ví dụ rằng: Diên (Âm), Hổ, Thuỷ, Đế, Nguyệt, Phách, Khảm, Khôn, Mậu, Địa, Thần, Thật, Ô, Hữu, Tân, Trần, Thuỷ Ngân, Hoa Nhạc, Anh Nhi, Khúc Giang.

Đến như trong Âm và Dương, trong Dương tàng Âm, thiên ngôn vạn luận, bất quá là nói về hai tên này mà thôi, cho nên Nguyên Hoàng quyết có câu:

Diên, Hống đỉnh trung cư, 铅汞鼎中居，
Luyện thành vô giá châu, 炼成无价珠。
Đô Lai lưỡng cá tự, 都来两个字，
Liễu tận vạn gia thư, 了尽万家书。
Diên, Hống ở trong Đỉnh,
Luyện thành vô giá châu,
Chỉ có hai chữ đó,
Đã đủ vạn gia thư.

Chung Ly Ông nói:

Trừ khước Hống Diên lưỡng vị dược, 除却汞铅两味药，
Kỳ tha đô thị cuống ngu mê, 其他都是诳愚迷。
Ngoại trừ Hống, Diên hai vị dược,
Còn toàn bịp bợm kẻ ngu mê,

Cao Tượng Tiên viết:

Mộng yết Tây Hoa đáo cửu thiên, 梦谒西华到九天，
Chân nhân thụ ngã "Chỉ Huyền Thiên" 真人授我指玄篇。
Kỳ trung giản dị vô đa tự, 其中简易无多子，
Chỉ yếu giáo nhân luyện Hống Diên. 只要教人炼汞铅。
Mộng tới Tây Hoa đến Cửu thiên,
Chân nhân truyền thụ Chỉ Huyền Thiên,
Sách thời giản dị không nhiều chữ,
Chỉ cốt dạy người luyện Hống Diên.

Mã Đơn Dương viết:

Diên Hống thị Thuỷ Hoả, 铅汞是水火，
Thuỷ Hoả thị Long Hổ. 水火是龙虎，
Long Hổ thị Thần Khí, 龙虎是神气，
Thần Khí thị Tính Mệnh. 神气是性命。
Diên Hống là Thuỷ Hoả.
Thuỷ Hoả là Long Hổ,
Long Hổ là Thần Khí,
Thần Khí là Tính Mệnh.

Rút cuộc chỉ có Hai chữ; Hai chữ chỉ có một lý, tu mù thì mới chia hai; tu Chân hợp hai thành một. Người biết hợp Nhất, sẽ Luyện khí ngưng Thần, Tận Tính Chí Mệnh, nấu Diên làm khô Hống, Thủ Khảm Điền Ly.

Vì trong quẻ Ly có Linh Vật gọi là Lưu Châu. Ngụ nơi Thần thì Sinh Tư Lự; Ngự nơi Tinh cũng khó bảo toàn, nên Cát Tiên Ông (Lưu Châu Ca) nói:

Thán kỳ nan ngự nhi dị thất. 叹其难驭而易失 *(Tiếc rằng nó khó giữ và dễ mất).*

Nguỵ Bá Dương cũng nói:

Thái Dương Lưu Châu, 太阳流珠，
Thường dục khứ nhân, 常欲去人，
Tốt đắc Kim Hoa, 卒得金华，
Chuyển nhi tương nhân. 转而相因。
Thái Dương Lưu Châu,
Rất là dễ mất,
Biết luyện thành Đan,
Mới mong giữ được.

Lại nói

Hà Thượng Xá Nữ, 河上姹女，
Linh nhi tối Thần, 灵而最神，
Tương dục chế chi, 将欲制之，
Hoàng Nha Vi căn. 黄芽为根。
Xá Nữ trên song
Rất linh, rất Thần.
Muốn giữ được nó,
Phải luyện thành Đan.

Nói Kim Hoa, nói Hoàng Nha là nói Chân Diên, Chân Diên là Thái Âm chi tinh. Nói Lưu Châu, nói Xá Nữ là nói Linh Hống. Linh Hống là Thái Dương chi khí.

Nhưng Linh Hống, Tính vốn mãnh Liệt, gặp Lửa sẽ bay mất tích, phải gặp Chân Diên, mới bị chế phục. Cho nên Tử Dương nói: Yêu tu chế phục mịch Kim Công 要须制伏觅金公。*(Muốn chế phục Hống, phải tìm Diên).*

Kim Công là tên tự của Diên. Diên từ Khúc Giang (Ruột non) tới. Xuyên qua Giáp tích, tới Ngọc Kinh, oát toàn nghịch lưu, vào thẳng Nê Hoàn.

Tuy gọi là Sưu Diên, Thiểm Hống nhưng thực ra là HOÀN TINH, BỔ NÃO. Kim Đan viết: Cố dục bất lão, hoàn tinh bổ não 故欲不老还精补脑 *(Nếu không muốn già, phải hoàn tinh bổ não).*

Thuý Hư Thiên viết:

Thiên hữu Thất Tinh, Địa Thất Bảo, 天有七星地七宝，
Nhân hữu Thất Khiếu, quyền quy Não, 人有七窍权归脑。
Trời có Thất Tinh, Đất Thất Bảo,
Người có Thất Khiếu, cực là Não,

Thái Cổ tập viết:

Kim Đan vận đáo Nê Hoàn Huyệt, 金丹运至泥丸穴，
Danh Tính tiên tương ký Ngọc Đô. 名姓先将记玉都。
Kim Đơn vận đến Nê Hoàn Huyệt,
Danh tính đã ghi tại sổ trời.

Pháp Bảo Di Châu viết:

Nhận đắc bản Lai Chân Diện mục. 认得本来真面目，

Thuỷ tri sinh tử tại Nê Hoàn. 始知生死在泥丸。

Biết được Bản Lai Chân Diên Mục.

Mới hay sinh tử tại Nê Hoàn.

Huỳnh Đình Kinh viết: Nê Hoàn bách tiết giai hữu Thần 泥丸百节皆有神。*(Nê Hoàn bách tiết đều có Thần).*

Lại nói: Não trung tinh căn tự Nê Hoàn 脑神精根字泥丸。*(Não Thần tinh căn tự Nê Hoàn).*

Lại nói:

Nhất diện chi thần thông Nê Hoàn, 一面之神通泥丸，

Nê Hoàn cửu Chân giai hữu phòng, 泥丸九真皆有房。

Phương viên nhất thốn xứ thử trung, 方圆一寸处此中，

Đãn tư nhất bộ thọ vô cùng. 但思一部寿无穷。

Chư thần nơi mặt trời thuộc Nê Hoàn,

Nê Hoàn Cửu Chân đều có phòng,

Vuông tròn một tấc tại não trung,

Tồn tư Cửu Chân thọ vô cương.

Phương viên Nhất Thốn là nơi đức Thích Ca xoa đầu để thụ ký. Đó là Huyền trung chi huyền, là Thiên trung chi Thiên, là Uất La Tú Đài, Ngọc Sơn, Thổ Kinh, Não huyết chi Quỳnh Phòng, Hồn Tinh chi NgọcThất, Bách Linh chi Mệnh Xá, Tân Dịch chi Sơn Nguyên, đó là huyệt giao thông giữa hai tai, trước là Minh Đường, sau là Ngọc Chẩm, trên là Hoa Cái, dưới là Giáng Cung, ở giữa là Thái Uyên Bắc Cực, là chỗ Nguyên Thần sở cư.

Xưa vua Hoàng Đế lên núi Nga Mi, yết kiến Thiên Chân Hoàng Nhân để hỏi về đạo Chân Nhất.

Hoàng Nhân nói: Đó là điều quí trọng của Đạo gia. Kinh này Thượng Đế giấu trong năm thành của núi Côn Lôn, để trong hòm ngọc, chữ khắc vào thẻ Kim Trát, bôi bằng bùn tía, đóng ấn Trung Chương[164].

Ta nghe kinh sách nói: Chân Nhất ở tại Bắc Cực Thái Uyên, trước có Minh Đường, sau có Ngọc Chẩm, trên có Hoa Cái, dưới có Giáng Cung. Nguy nga Hoa Cái, lầu vàng mái cong (chỉ Não môn).

Tả Cang, hữu Khôi (chỉ 2 mắt), Sóng vỗ ngang trời (sóng mắt), cỏ tử chi mọc quanh hồ, cỏ chu thảo mung lung (chỉ lông mi), ngọc trắng tha nga (chỉ lòng mắt trắng), nhật nguyệt rãi sáng (chỉ 2 mắt), băng qua Hỏa Thủy (Khảm Ly), thấu suốt huyền hoàng (Trời Đất, Âm Dương). Thành quyết tương giao, màn che trướng rủ, châu cài ngọc dắt, Long Hổ bảo vệ, thần nhân đứng bên, không cho không lấy, ở yên tại chỗ. Không chậm không nhanh, ở yên trong buồng. Được rảnh, được vui, NHẤT ở không đi; THỦ NHẤT TỒN CHÂN, Nhất sẽ thông Thần. Bớt muốn, bớt ăn. Nhất sẽ lưu tức. Khi dao kề cổ, nghĩ đến Nhất sẽ được sống. Biết Nhất không khó, khó là lúc chung cuộc. Giữ Nhất không rời, sẽ được vô cùng.

Đó là đại lược về bí quyết Chân Nhất.

Cho nên, Đạo Đức Kinh viết:

Thiên đắc Nhất dĩ thanh 天得一以清

Địa đắc Nhất dĩ ninh 地得一以寧

Thần đắc Nhất dĩ Linh 神得一以靈

Cốc đắc Nhất dĩ doanh 谷得一以盈

Vạn vật đắc Nhất dĩ sinh 萬物得一以生

[164] Như vậy Chân Nhất chi đạo đã dấu tại Nê Hoàn Cung, trong đầu não con người

Vương hầu đắc Nhất dĩ vi thiên hạ trinh. 王侯得一以爲天下貞

Trời có Ngài nên hóa trong xanh
Nhờ Ngài nên đất an ninh
Chư Thần nhờ thế uy linh, nhiệm mầu
Có Hóa Công hang sâu hóa đặc
Nhờ có Ngài muôn vật tốt tươi
Vương hầu cũng nhờ công đức Người,
Trị vì thiên hạ thảnh thơi an bình

Còn nói rằng: Thần dĩ tri lai, Tri dĩ tàng vãng. 神以知来, 知以藏往 *(Dùng Thần trông tỏ tương lai, tiềm tàng trong Trí muôn đời xa xưa).*

Còn nói rằng: Lớn mà cảm hóa thì gọi là Thánh. Thánh mà không hiểu nổi thì là Thần. Chia ra làm hai thì gọi là Âm Dương. Chia làm năm thì là Ngũ Hành. Lại chia làm tám, Tám lần Tám sáu mươi tư là số của Hà Đồ. Lại chia làm chín. Chín chín tám mươi mốt là số Lạc Thư. Rồi chia thành Vạn Vật. Sinh Sinh Hóa Hóa là Cương duy của Vạn Vật.

Phục Hy Văn Vương được chữ Nhất mà Chu Dịch hưng khởi. Đại Võ, Cơ Tử được chữ Nhất mà Hồng Phạm Cửu Trù sinh; Chu Mậu Thúc (Chu Liêm Khê) được chữ nhất mà có Thái Cực Đồ; Thiệu Nghiêu Phu (Thiệu Khang Tiết) đắc Nhất mà viết Hoàng Cực Kinh Thư; Lão Tử được chữ Nhất mà vạn sự tất; Thích Ca được chữ Nhất mà Vạn Pháp qui; Qui Căn là Qui Nhất, Phục Mệnh là Phục Nhất vậy.

Tây Thăng Kinh viết:

Nhân năng thủ nhất 人能守一
Nhất diệc thủ Nhân 一亦守人
Tư Nhất chí cơ 思一至飢
Nhất dữ chi lương 一與之粮
Tư Nhất chí khát 思一至渴
Nhất dữ chi tương 一與之浆
Người giữ được Nhất
Nhất sẽ giữ người
Nghĩ Nhất mà đói
Nhất sẽ cho ăn
Nghĩ Nhất mà khát,
Nhất sẽ cho uống.

Linh Khu Kinh viết: Thiên Cốc, Nguyên Thần, Thủ chi tự chân 天谷元神守之自眞 *(Giữ được Nguyên Thần trong Thiên Cốc, Sẽ đạt cảnh giới Thiên Chân).*

Lại viết: Tử dục trường sinh, Bão Nhất đương minh 子峪長生抱一當明 *(người muốn trường sinh, ôm Nhất sẽ rõ)*

Lại viết: Bão Nhất thủ Chân, Thần tự thông Linh 抱一守眞神自通靈 *(Ôm nhất thủ Chân, Thần sẽ thông linh)*

Nếu con người Ác thần thủ Nhất[165] 握神守一 được ở nơi Bản Cung (Nê Hoàn Cung) thì Chân Khí tự nhiên sẽ bay lên; Chân Tức sẽ tự định; Chân Tinh sẽ tự triều; Linh Miêu sẽ lớn lên; Thiên Môn sẽ mở; Nguyên Thần sẽ tự hiện; Khiếu trên đỉnh đầu sẽ mở và các khiếu khác cũng sẽ mở. Nguyên Thần cư tại vị và các Thần khác đều nghe lệnh. Thần đã ở trong Khiếu và đã không phát tán thì con người làm sao chết được? Cho nên Huỳnh Đình Kinh nói: Tử dục bất tử, tu Côn Lôn *(Bạn muốn trường sinh, tu Côn Lôn – Côn Lôn là đầu con người),* chính là vậy.

[165] Cầm giữ được Thần. Ác = cầm, nắm lấy

Cho nên Khâu Xử Cơ nói:

Cửu thị Côn Lôn thủ Chân Nhất, 久視崑崙守眞一
Thủ đắc Ma Ni viên hựu xích 守得摩尼圓又赤
Thanh Hư hạo khoáng Đà La Môn 清虛浩曠陀覷門
Vạn Phật Thiên Tiên tòng thử xuất 萬佛千仙從此出
Nhìn lâu Đan Điền, giữ Chân Nhất
Được Ngọc Ma Ni, tròn lại đỏ
Đà La Môn (Nê Hoàn Cung) ấy thực thanh hư,
Vạn Phật, Thiên Tiên do đó xuất.

Hoàn Nguyên Thiên viết:

Ngộ Đạo hiển nhiên minh lang lạc 悟道顯然明廊洛
Nhàn nhàn đoan tọa vận Thiên Quan 閑閑端坐運天關
Biết Đạo âu rành Thanh Tĩnh lý
Ngồi thẳng yên người giữ Nê Hoàn

Đó là căn bản công phu, đó là học vấn đầu não, đó là thủ đoạn mở cửa Trời, đó là Linh Chương để thoát Tử Tịch. Đạo lý này là bí mật của Thượng Thiên, xưa nay Tiên Phật không dám nói rõ. Cho nên trong ngàn vạn người may ra mới được một hai người biết. Thật là huyền diệu. Lại có những khẩu quyết nói không hết lời.

Người xưa đinh ninh dặn dò rằng: Khi Chân Diên nhập đỉnh, phải khu trừ tạp niệm, đem hết tinh thần, mắt hướng đỉnh đầu, dụng hết tâm trí, trong chớp nhoáng đó, Nguyên Thần, Nguyên Khí sẽ giao hợp, tạo hóa sẽ vận chuyển, sấm vang, điện giật, cảm động Kiền Khôn, bách mạch khai thông, Cửu cung thấu triệt, Kim tinh quán đỉnh, Chân khí bốc lên trời.

Tử Dương gọi thế là: Dĩ Hắc nhi biến hồng, Nhất đỉnh vận khí nùng 以黑而變紅一鼎運氣濃 *(Lấy đen biến thành Hồng, Chính khí sẽ đầy Nê Hoàn)*

Trong khoảnh khắc, nhiệt độ nơi Thượng Hạ Đan Điền sẽ giảm, đó là triệu chứng Đan thành, Hoàng Nha, Bạch Tuyết sẽ xuất hiện. Nguyên Thần, Nguyên Khí, Âm Dương, Hồn Phách, như đôi vợ chồng hòa hợp với nhau, phát ra tiếng Long Ngâm, Cọp Hú, Dương Tinh Hống Tủy ngưng kết như châu. Bạch Ngọc Thiềm viết: Phu phụ lão tương phùng, Ân tình tự lưu luyến 夫婦老相逢恩情自留恋 *(Vợ chồng già gặp nhau, ân tình tự lưu luyến)*. Lúc đó, Huyền Châu thành tượng, quặng mất, vàng còn, và một điểm Kim Dịch sẽ rơi xuống chốn Huỳnh Đình vậy.

Lúc đó, mây núi an nhiên bay lên Thái Hư, mưa xuân lã tã rơi xuống thấm nhuần đất đai, tràn ngập giang trạch, băng hà bắt đầu tan chảy, bách mạch không hư, hòa hoạt, làm tứ chi thư sướng, như mùa Xuân đến muôn nơi.

Thấy hiệu nghiệm đó, lập tức hành Mão Dậu chu thiên (vận nội khí chu lưu khắp người), tòng tả thượng, tòng hữu hạ là Tiến Dương Hỏa, tòng hữu thượng, tòng tả hạ là Thoái Âm Phù; khiến cho nội khí thượng hạ, tả hữu toàn thân được hội hợp hỗn dung, cho ngũ hành hợp nhất trong một Đỉnh, dung hợp Ngũ Linh nơi Thiên Cốc, Lý Ngũ Khí về Nê Hoàn vậy.

Cao Tượng Tiên nói:

Huyền Châu phi đáo Côn Lôn thượng 玄珠飛到崑崙上
Tử nhược cầu chi bằng Võng Tượng 子若求之凭罔象
Huyền Châu bay tới đỉnh Côn Lôn
Muốn được Huyền Châu phải Võng Tượng

Hà Xa Ca viết:

Lưỡng vật cầm lai cộng nhất lô　　兩物擒來共一爐
Nhất hoằng Thần Thủy kết Chân Tô　　一泓神水結眞穌
Nguyên Thần Nguyên Khí bỏ một lò
Thần Thủy đem về kết Chân Tô

Chỉ Huyền Thiên viết:

Tất tri hội hợp Đông Tây lộ　　必知會合東西路
Thiết tại xung hòa thượng Đan Điền　　切在沖和上丹田
Đông Tây, Tả Hữu đôi đường cách
Phải biết đem về Thượng Đan Điền.

Trần Nê Hoàn nói:

Bạch Hổ tự tư tương kiến hậu　　白虎自茲相見後
Lưu Châu na khẳng bất tương tòng　　流珠那肯不相從
Bạch hổ (Nguyên Khí) từ khi mà gặp được
Nguyên Thần hồ dễ chẳng nghe theo?

Doãn Chân Nhân nói:

Tứ Tượng, Ngũ Hành toàn thốc xứ
四象五行攢簇處
Kiền Khôn, nhất nguyệt tự nhiên qui
乾坤一月自然归
Tứ Tượng, Ngũ Hành mà hòa hợp
Kiền Khôn, Nhật Nguyệt cũng về theo

Tiệm Ngộ tập viết:

Nhân thiêu Đan Dược hỏa viêm hạ　　因烧丹藥火炎下
Cố sử Hoàng Hà thuỷ nghịch lưu　　故使黃河水逆流
Đã biết tiến Dương Hỏa
Phải biết thoái Âm Phù

Thuần Túy Ngâm viết:

Tí Ngọ lô tiền phân tiến thoái　　流午爐前分進退
Kiền Khôn đỉnh nội liệt phù trầm　　乾坤鼎内列浮沉
Luyện thuốc phải rành đường tiến thoái
Biết lẽ thăng trầm nữa mới hay

Huyền Áo tập viết:

Kim Tinh Mộc Tính tương giao hội　　金情木性相交會
Hắc Diên, Hồng Hống tự cảm thông　　黑鉛紅汞自感通
Nguyên Thần (Mộc), Nguyên Khí (Kim) đà giao hợp
Hắc Diên, Hồng Hống tự cảm thông

Vân Phòng chân nhân nói:

Khu hồi đẩu bính Huyền Quan Lý　　驅回斗柄玄關理
Oát chuyển Thiên Quan vạn tượng thông　　斡轉天關萬象通
Phiến hướng Hổ Long tần đẩu bãi,　　片餉虎龍頻斗罷
Nhị vật tương giao khoảnh khắc trung　　二物相交頃刻中
Nhìn chuôi bắc đẩu vận Huyền Quan
Thiên Quan xoay chuyển vạn tượng thông
Hổ Long vừa thấy so hơn kém
Đã thấy hòa hài, khoảnh khắc trung

Chỉ Huyền Thiên Viết

Bôn qui Khí Hải danh Châu Ký　　奔歸氣海名珠既
Phi nhập Nê Hoàn thị Bạch Nha　　飛入泥丸是白鴉
Tạc dạ Hổ Long tranh đấu bãi,　　昨夜虎龍爭鬥罷
Tuyết trung vi hiện nguyệt câu tà　　雪中微現月鉤斜
Nguyên thần (Châu Ký) băng Khí Hải
Bạch Nha đà thấy nhập Nê Hoàn
Đêm qua Long Hổ vừa tranh đấu
Trong tuyết hiện ra mảnh trăng tà[166]

Tỉnh Nhãn Thi rằng:

Mộc Kim gián cách các Tây Đông　　木金閒隔各西東
Vân khởi, Long ngâm, Hổ khiếu phong　　雲起龍吟虎嘯風
Nhị vật liêu liêu Thiên địa hồi　　二物寥寥天地回
Hạnh nhân Mậu Kỷ hội thư hùng　　幸因戊己會雌雄
Mộc[167] *Kim*[168] *cách trở tại Đông Tây*
Gió thổi mây tuôn Rồng Cọp hú
Thần khí xa nhau cả đất Trời
May nhờ Mậu Kỷ thành trống mái

Trần Nê Hoàn viết:

Tí thời khí đáo Vĩ Lư Quan　　子時氣到尾閭關
Giáp Tích, Hà Xa vận Tắng san　　夾脊何車運甑山
Nhất lõa thủy tinh nhập lô nội　　一顆水晶入爐内
Xích Long hàm Hống thượng Nê Hoàn　　赤龍含汞上泥丸
Khí vào giờ Tí tới Vĩ Lư
Theo đường Giáp Tích truyền lên đỉnh,
Nhất Lõa kim đan nhập Đan Điền
Nguyên Thần, Nguyên Khí thượng Nê Hoàn

Túy Hư Thiên viết:

Tuý đảo hàm miên mộng thục thời　　醉倒酣眠夢熟時
Mãn thuyền tải bảo quá Tào Khê　　滿船載寶過曹溪
Nhất tài thức phá đan cơ hậu　　一才識破丹基後
Phóng khứ thu lai tổng thị y　　放去收來總是伊

---

[166] Đan đạo thành
[167] Nguyên Thần
[168] Nguyên Khí

Quá chén, ngủ say, dệt mộng thời,
Một thuyền châu báu qua Đốc mạch.
Từ khi biết được phép luyện Đơn,
Phóng khứ, thu lai thật dễ dàng.

Cổ Tiên Ca vân:

Thủy Ngân nhất vị thị Tiên Dược 水銀一味是仙藥
Tòng thượng truyền lưu phục hỏa nan 從上傳流伏火難
Nhược ngộ Hà Xa thành tử phấn 若遇何車成紫粉
Phấn sương nhất thổ hóa Kim Đơn 粉霜一吐化金丹
Nguyên Thần nhất vị là Tiên Dược
Xưa nay kết tụ rất khó khăn
May ra gặp được chân nguyên khí
Phấn sương lan tỏa hiện Kim Đan

Huyền Ảo Tập nói:

Di tương Bắc Đẩu quá Nam Thần 移將北斗過南辰
Lưỡng thủ song kình Nhật Nguyệt luân 兩手雙擎日月輪
Phi sấn Côn Lôn sơn thượng xuất 飛趁崑崙山上出
Tu du hóa tác nhất thiên vân 須臾化作一天雲
Đem sao Bắc Đẩu (Khảm) xuống Nam Thần (Ly)
Nhật Nguyệt hai vầng nắm trong tay
Bay tới Côn Lôn liền xuất hiện
Tự nhiên hóa tác đám tường vân

Âm Trường Sinh nói:

Thâm dạ Long ngâm Hổ khiếu thì 深夜龍吟虎嘯時
Cấp giá Hà Xa vô tạm hiết 急駕何車無暫歇
Phi tinh vận thượng Côn Lôn đỉnh 飛精運上崑崙鼎
Tiến hỏa Ngọc Lô phanh tự tuyết 進火玉鑪烹似雪
Long ngâm, Hổ khiếu trong đêm vắng
Hãy chuyển Hà Xa chớ có lơi
Phi tinh hãy vận Côn Lôn đỉnh
Đem lửa đốt lò trắng như tuyết

Trương Nguyên Hóa viết:

Nghi lưu nhất trực thượng Bồng Lai 宜流一直上蓬萊
Tán tại Cam Tuyền nhuận cửu hài 散在甘泉潤九骸
Tòng thử Đan Điền triêm nhuận trạch 從此丹田沾潤澤
Hoàng Nha biến địa nhất tề khai 黃芽遍地一齊開
Sông nghi chảy thẳng tới Bồng Lai
Tán thành Tân Dịch nhuận cửa hài
Đơn Điền nhờ vậy nên nhuận trạch
Hoàng Nha khắp đất nở tung khai

Nguyên Đạo Ca vân:

Diệu vận Đan Điền tu thượng hạ　妙運丹田須上下
Tu tri nhất thể hợp Tây Đông　須知一體合西東
Kỷ hồi tiếu chỉ Côn Lôn thượng　幾回笑指崑崙上
Giáp Tích phân minh hữu lộ thông　夾脊分明有路通
Phải vận khí qua Thượng Hạ Đan Điền
Biết phải trái Tây Đông trong người
Mới hay từ Giáp Tích lên Côn Lôn
Phân minh vốn đã có đường lối.

Áo Bí Tập viết:

Độc bộ Côn Lôn vọng yểu minh　独步崑崙望窈冥
Long ngâm Hổ khiếu thậm phân minh　龍吟虎啸甚分明
Ngọc trì thường trích Âm Dương tủy　玉池常滴陰陽髓
Kim đỉnh thời phanh nhật nguyệt tinh　金鼎時烹日月精
Bước tới Côn Lôn học huyền vi
Long ngâm Hổ khiếu rõ ràng nghe
Trong miệng Cam Lồ thường nhỏ xuống
Đơn Điền thường luyện Nhật Nguyệt Tinh

Quần Tiên Châu Ngọc viết:

Nhất Điểm Đan Dương sự quýnh biệt　一點丹陽事迥別
Tu hướng Khảm trung cầu xích huyết　須向坎中求赤血
Tróc lai Ly vị chế Âm Tinh　捉來離位制陰精
Phối hợp điều hòa hữu thời tiết　配合調和有時節
Muốn luyện Nội Đơn phải hiểu rành
Phải từ quẻ Khảm lấy Dương Tinh
Thay thế quẻ Ly hào chính giữa
Phối hợp điều hòa có thời tiết

Kim Đan Tập viết:

Hà xa ban vận thượng Côn sơn　何車扳運上崑山
Bất động khiên hào đáo Ngọc Quan　不動纤毫到玉關
Diệu tại nhập môn lao bế tỏa[169]　妙在入門牢閉鎖
Âm Dương nhất khí tự tuần hoàn　陰陽一气自循還
Hà Xa vận chuyển tới Côn Lôn
Không cần vất vả thấu Ngọc Quan[170]
Hay là biết giữ đầu óc sáng
Âm Dương nhất khí tự tuần hoàn

[169] Bát môn chỉ bộ xương sọ
[170] Thượng Đan Điền

Nguyên Nhất Ca viết:

Đáo thử đắc Nhất phục vong Nhất　到此得一復忘一
Khả dữ Nguyên Hóa đồng xuất một　可與元化同出沒
Thiết nhược chấp nhất bất năng vong　设若執一不能忘
Đại tự si miêu thủ không quật　大似痴貓守空窟
Đạt được Nhất rồi lại quên Nhất[171]*, Sẽ cùng Tạo Hóa đồng xuất một*
Nếu như chấp nhận không quên được, Sẽ giống mèo ngu giữ hang không

Bạch Ngọc Thiềm viết:

Hống Tâm luyện Thần Xích Long Tính　汞心煉神赤龍性
Diên Thân ngưng Khí Bạch Hổ Mệnh　沿身凝氣白虎命
Nội ngoại hỗn vô nhất điểm âm　內外混無一點陰
Vạn tượng quang trung ngọc kính thanh　萬象光中玉鏡清
Trong Hống luyện phanh Xích Long Tinh
Diên thời ngưng khí Bạch Hổ Mệnh
Thần Khí trong ngoài sạch hết Âm
Đại đan trong sáng ắt mau thành

Thuần Dương Tập viết:

Đạo đắc Kiền Khôn tổ　盜得乾坤祖
Âm Dương thị bản tông　陰陽是本宗
Thiên Hồn sinh Bạch Hổ　天魂生白虎
Địa Phách sản Thanh Long　地魄產青龍
Vận bửu Nê Hoàn trụ　運寶泥丸住
Ban Tinh nhập Thổ cung　般精入土宮
Hữu nhân minh thử pháp　有人明此法
Vạn tải mạo như đồng　萬載貌如童
Trộm được Kiền Khôn tổ, Thấy căn bản Âm Dương
Thiên Hồn sinh Nguyên Khí, Địa Phách hóa Nguyên Thần
Nê Hoàn đem báu lại, Tinh Hoa tới Thổ Cung
Ai mà biết phép đó, Muôn năm trẻ như đồng

Bảo Nhất Tử (Hiển Đạo đồ) viết:

Tạo đạo nguyên lai bổn bất nan　造道原來本不難
Công phu chỉ tại định trung gian　工夫只在定中間
Âm Dương thượng hạ thường thăng giáng　陰陽上下常升絳
Kim Thủy chu lưu tự phản hoàn　金水周流自返還
Tử Phủ, Thanh Long giao Bạch Hổ　紫府青龍交白虎
Huyền Cung, Địa Trục hợp Thiên Quan　玄宮地軸合天關
Vân thu vũ tán Thần thai tựu　雲收雨散神胎就
Nam tử sinh nhi bất đẳng nhàn　男子生兒不等閑

[171] Tức là vào được cảnh giới Vô

Nguồn đạo tìm ra chẳng khó khăn
Công phu chỉ tại định trung gian
Âm Dương thượng hạ thường thăng giáng
Nguyên khí trong ta mặc phản hoàn
Tử phủ, Thanh Long giao Bạch Hổ
Huyền cung địa trục hợp Thiên Quan
Kim Đan ngưng kết Thánh Thai hiện
Nam tử sinh con chuyện phi thường

Huyền Áo Tập vân:

Yếu thức Huyền Quan đoan đích xứ 要識玄關端的處
Nhi nữ tiếu chỉ Tối Cao Phong 兒女笑指最高峰
Thượng tối Cao Phong tú thả kỳ 上最高峰秀且奇
Bỉ ngạn mông mông sinh tử chi 彼岸蒙蒙生紫芝
Chỉ thử tiện thị Trường Sinh dược 只此便是長生藥
Vô hạn tu hành nhân bất tri 無限修行人不知
Muốn biết Huyền Quan ở chốn nào, Người chỉ vẽ cho tại đỉnh đầu
Đỉnh đầu chốn ấy ôi sao đẹp, Bên bờ còn có cỏ Linh Chi
Linh Chi là chính Trường Sinh dược, Chuyện ấy xưa nay ít ai hay

Hứa Tuyên Bình (Huyền Châu Ca) viết:

Thiên thượng Nhật đầu địa hạ chuyển 天上日頭地下轉
Hải để thuyền quyên Thiên thượng phi 海底嬋娟天上飛
Kiền Khôn, Nhật Nguyệt bản bất vận 乾坤日月本不運
Giai nhân đẩu bính chuyển kỳ ki 皆因斗柄轉其機
Nhân Tâm nhược dữ Thiên Tâm hợp 人心若與天心合
Điên đảo Âm Dương chỉ phiến thì 顛倒陰陽止片時
Hổ Long chiến bãi Tam Điền tĩnh 虎龍戰罷三田静
Thập thủ Đan Kinh chủng tại Nê 拾取丹經種在泥
Vừng Nhật trên Trời, dưới đất quay
Vừng Trăng đáy biển thượng thiên phi
Kiền Khôn, Nhật Nguyệt vốn không chuyển
Chuyển vận là do Đẩu Bính xoay
Nhân Tâm nếu với Thiên Tâm hợp
Âm Dương điên đảo chỉ phút giây
Nguyên Thần, Nguyên Khí đà kết hợp
Đem đến Đan Kinh, chủng tại Nê (Nê Hoàn)

Quần Tiên Châu Ngọc Ca viết:

Diên tư Hống, Hống tư Diên 鉛思汞,汞思鉛
Đoạt đắc Kiền Khôn Tạo Hóa quyền 奪得乾坤造化權
Tính Mệnh đô lai lưỡng cá tự 性命都來兩個字
Ẩn tại Đan Kinh thiên vạn thiên 隱在丹經千萬篇
Diên mơ Hống, Hống mơ Diên, Đoạt được Kiền Khôn, Tạo Hóa quyền
Tính Mệnh xưa nay chỉ hai chữ, Ẩn tại Đan Kinh thiên vạn thiên.

周天璇璣圖

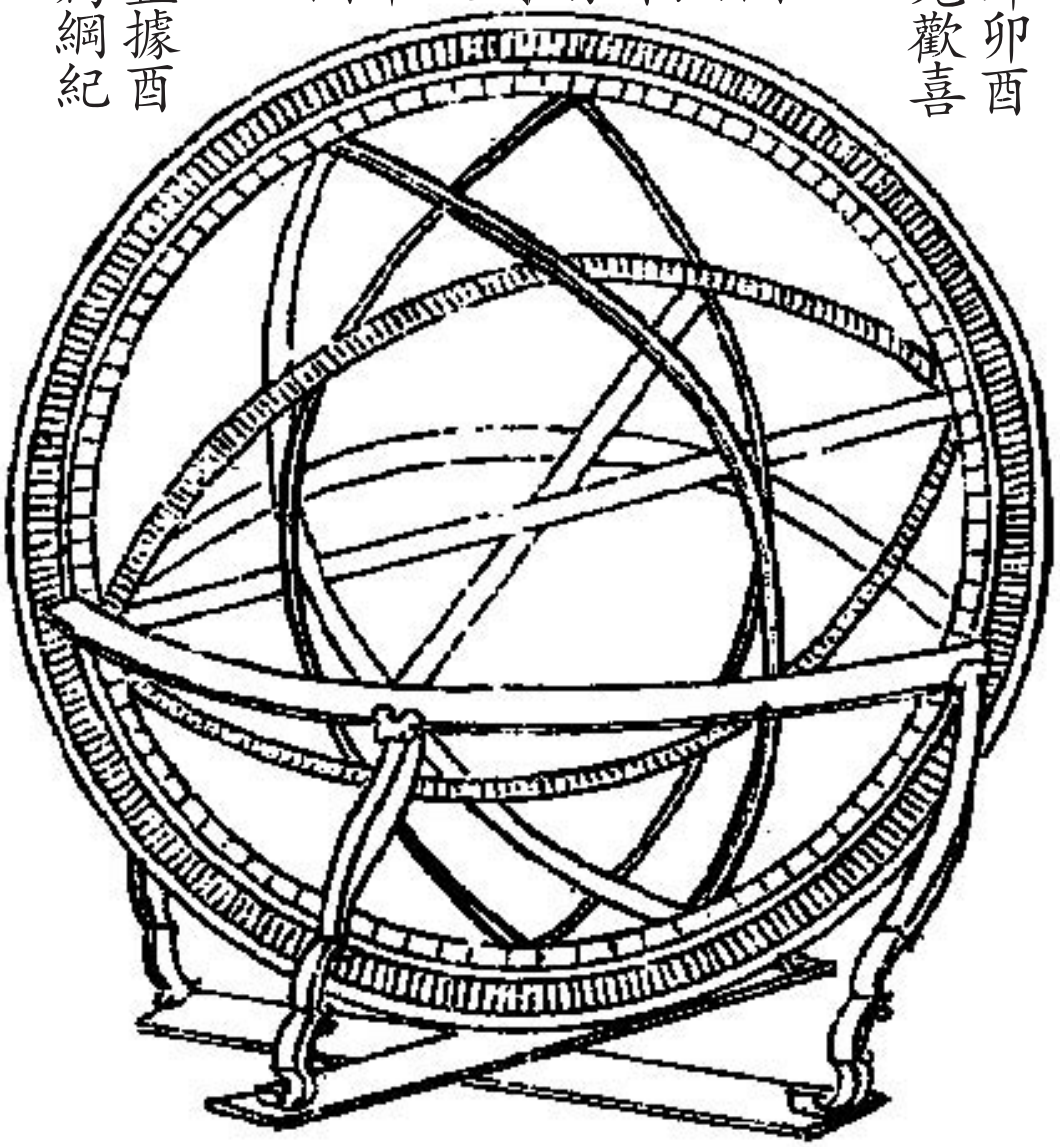
復臨泰壯訣乾兮六陽從左而上下

姤遁否觀剥坤兮六陰往右而回旋

虎西龍東建緯卯酉
刑德并會相見歡喜

大道分明見此圓
璇璣卯酉法天然
由中道外中全外
自後推前後即前
陽火進來從左轉
陰符退去往西旋
霎時火候周天畢
煉顆明珠似月圓

河魁臨卯天罡據酉
子南午北互爲綱紀



北斗南辰下
眉毛眼底穿
灰心行水火
定意采真鉛

陰向鼻端滅
陽從眼裏生
這般平易法
因甚没人行

CHÂU THIÊN TUYỀN KI ĐỒ - 周天璇玑图
(Nội dung trong đồ hình)

Phục, Lâm, Thái, Tráng, Quải, Kiền hề 復臨泰壯卦乾兮
Lục Dương tòng tả nhi thượng hạ 六陽從左而上下
Cấu, Độn, Bĩ, Quan, Bác, Khôn hề 姤遁否觀剥坤兮
Lục Âm vãng hữu nhi hồi tuyền 六陰往右而回旋
Phục, Lâm, Thái, Tráng, Quải, Kiền hề
Sáu Dương lên xuống phía bên tả
Cấu, Độn, Bĩ, Quan, Bác, Khôn hề
Sáu Âm tuần hoàn phía bên hữu[172]

Hổ Tây, Long Đông, kiến vĩ Mão Dậu
虎西龍東見纬卯酉
Hình, Đức tịnh hợp tương kiến hoan hỉ
刑德並合相見懽喜
Hà Khôi lâm Mão, Thiên Cang cứ Dậu
河魁臨卯天罡據酉
Tí Nam, Ngọ Bắc hỗ vi cương kỷ
子南午北互為綱紀
Hổ Tây, Long Đông hình thành Mão Dậu kinh tuyến[173]
Âm Hình, Dương Đức tính dụng mọi người hoan hỉ[174]
Hà Khôi Tinh tại Đông, Mão, Thiên Cang Tinh tại Tây, Dậu
Nam Bắc Tí Ngọ tuyến thị cương yếu[175]

Bắc Đẩu Nam Thần hạ 北斗南辰下
Mi Mao nhỡn để xuyên 眉毛眼抵穿
Khôi tâm hành Thủy Hỏa 灰心行水火
Định Ý thái Chân Diên 定意埰甄沿
Âm hướng Tị Doan diệt 陰向鼻端灭
Dương tòng nhãn lý sinh 陽從眼里生
Giá ban bình dị pháp 這般平易法
Nhân thậm một nhân hành 因甚没人行
Bắc Đẩu (Khảm), Nam Thần (Ly) hợp nơi lông mi và mắt (Thượng Đan Điền)
Tâm yên hành Thủy Hỏa[176]*, Ý định, Đơn sẽ viên*
Âm tới đầu mũi diệt, Dương từ trong mắt sinh
Phép tu dễ như thế, Sao chẳng mấy người hành

[172] Như vậy, Dương Hỏa chuyển phía trái; Âm Phù chuyển phía phải
[173] Nguyên Thần = Thanh Long = Tả thận chi khí = Mão = Đông; Nguyên khí = Bạch Hổ = Hữu thận chi Khí = Dậu = Tây
[174] Âm Dương hòa hợp
[175] Đông Tây, Nam Bắc chính là Thượng Hạ, Tả Hữu bốn phương trong người cho nội khí tuần hoàn
[176] Nguyên Khí, Nguyên Thần

Lời bàn của dịch giả về Tuyền Ki

Hình vẽ trên đây không phải là Tuyền Ki mà là Huyền Nghi (Armillaires)

1. Tuyền Ki (Tablette de consicllation circumpolaire; Circumpolar Consicllation template) là một Ống Đồng cổ kính nhất để quan sát sao Bắc Thần và định vị trí Bắc Cực.

Michale giải Tuyền Ki là một miếng ngọc dẹt chung quanh có một số khía. Miếng ngọc này có thể xoay quanh một cái ống để nhòm. Nếu quay đúng vị trí, các sao Bắc Đẩu và hàng sao Tả Khu, Thượng Tể, Thượng Phụ, Thượng Thừa v.v. sẽ lọt đúng vào chỗ khía đã làm sẵn của Tuyền Ki, còn sao Bắc Thần sẽ hiện ra nơi Tâm Điểm của Tuyền Ki. Như vậy Tuyền Ki sẽ định được chính Bắc Cực[177]

2. Hồn Nghi là một dụng cụ để xem xét sự vận hành của mặt trời, mặt trăng và sự mọc lặn của các vì sao. Hồn Nghi có nhiều loại tùy theo có nhiều hay ít vòng. Nó thường có vòng Hoàng Đạo, vòng Xích Đạo, vòng Kinh Tuyến và vòng Nhẫn Giới. Nó cũng còn có nhiều bộ phận hay máy móc khác mà ta không cần biết.

Dịch giả Tham Đồng Khế, nơi tr.381 mô tả đại khái Hồn Nghi như sau: "Đó là một Nghi Khi cho ta biết về Đại Đạo. Nó cho ta biết về Kinh Tuyến Mão Dậu hoàn toàn lấy tự nhiên làm chuẩn đích. Nó quay từ trong ra ngoài. Khi đã biết tâm điểm của nó, thì sẽ quay nó từ sau ra trước. Nội khí trong người cũng vận chuyển như vậy. Dương Hỏa chuyển phía trái; Âm Phù chuyển phía phải; trong khoảnh khắc, nội khí sẽ vận chuyển toàn thân; Hỏa Hầu đã tới và đan đạo cũng đã thành.

[177] Trong Dưỡng Chân Tập có nói: sao Bắc Thần không phải là Bắc Cực. Sao Bắc Thần không phát ra ánh sáng.

MÃO DẬU CHU THIÊN ĐỒ QUYẾT

卯酉周天图诀

Đoạn trước nói về Kiền Khôn giao cấu, là nói về Ngoại Dược. Đoạn này nói về Mão Dậu chu thiên. Nói về Nội Dược.

Ngoại giao cấu là Sau lên Trước xuống. Một thăng, một giáng. Nội giao cấu là Tả Tuyền Hữu Chuyển, nhất Khởi, nhất Phục. Đôi đằng vận chuyển, giống như Tuyền Ki, cho nên Ngụy Bá Dương nói:

Tuần Hoàn tuyền ki, thăng giáng thượng hạ, chu lưu lục hào, nan dĩ sát đổ

循還璇玑升降上下周流六爻難以察睹

Tuyền Ki tuần hoàn, lên xuống, dưới trên, chu lưu sáu hào, khó mà lường được

Người đời chỉ biết Kiền Khôn giao cấu mà không biết Mão Dậu Chu Thiên, như có xe không bánh, như thuyền không lái. Nếu muốn chở xa, làm sao mà được?

Cho nên Chỉ Huyền Thiên viết:

Luân Hồi, Ngọc Thố dữ kim kê	輪回玉兔與金雞
Đạo tại nhân thân nhân tự mê	道在人身人自迷
Mãn mục tận tri điều Thủy Hỏa	滿目盡知調水火
Đáo đầu kỷ cá thức Đông Tây	到頭幾個識東西

Nhật Nguyệt hai vầng luôn thăng giáng
Đạo tại nơi người, người chẳng biết
Suốt ngày chỉ học điều Thủy Hỏa
Đông Tây tuần hoàn lại chẳng hay

Đông là Mộc (Tính), Tây là Kim (Tình). Một vật phân đôi nên mới Đông Tây gián cách.

Nay nhờ Đẩu Bính Tuyền Ki oát chuyển nên Mộc Tính ái Kim, Kim Tình luyến Mộc, hai bên giao kết, nên Kim Mộc tương giao, Thủy Hỏa tương tế, nên Đan Kinh gọi là Hòa Hợp Tứ Tượng[178].

Cho nên, Trương Toàn Nhất (Diên Hỏa bí quyết) nói:

Đại dược chi sinh hữu thời tiết,	大藥芝生有時節
Hợi mạt, Tí sơ, chính bán dạ	亥末子初正半夜
Tinh thần tương cấu hợp quang hoa	精神相媾合光華
Hoảng hoảng hốt hốt sinh minh nguyệt	恍恍忽忽生明月
Cấu bãi lưu hạ phún bào nhiên	媾擺流下噴泡然
Nhất Dương lai phục hưu khinh tiết	一陽來復休輕泄
Cấp tu bế tại Thái Huyền Quan	急須閉在太玄關
Thủy bức Dược quá Vĩ Lư huyệt	水逼藥過尾閭穴
Thái thời dụng mục thủ Nê Hoàn	采時用目守泥丸
Thùy hạ tả thượng thả ngưng yết	垂下左上且凝歇
Vị chi chiêm lý não thăng huyền	謂之瞻理腦升玄
Hữu biên phóng hạ phục khởi triết	右邊放下復起折
Lục lục số hoa dược thăng Kiền	六六數華藥升乾
Dương cực Âm sinh vãng hữu thiên	陽極陰生往右遷

[178] Tứ tượng là Nhãn Nhĩ Tị Thiệt, tương ứng với Can Thận Tâm Phế, cho thấy sự thể hiện của Thủy Hỏa Kim Mộc, đó là điều xưa nay không tiết lộ

Tu khai quan môn dĩ thoái Hỏa	須開關門以退火
Mục quang hạ chúc thủ Khôn điền	目光下瞩守坤田
Hữu thượng tả hạ phương ngưng trụ	右上左下方凝住
Tam bát số liễu nhất chu thiên	三八數了一周天
Thử thị thiên nhiên chân hỏa hậu	此是天然真火候
Tự nhiên thăng giáng, tự sưu thiêm	自然升降自抽添
Dã vô Huyền Vọng dữ Hối Sóc	也無炫望與賄朔
Dã vô Mộc Dục cộng Trường Thiên	也無沐浴共長篇
Dị danh tiễn trừ thí dụ tảo	異名剪除譬谕掃
Chỉ tư lưỡng cú thị Chân Thuyên	只私兩句是真詮

Đại dược sinh ra có thời tiết
Cuối Hợi, đầu Tí lúc nửa đêm
Nguyên Tinh, Nguyên Thần đồng kết hợp
Quang hoa rực rỡ như Minh Nguyệt
Kết hợp xong rồi lưu Phún Bào
Nhất Dương lai phục không khinh tiết
Mau đem về dấu tại Huyền Quan
Nước bức Dược qua Vĩ Lư huyệt
Hái thuốc mắt hướng về Nê Hoàn
Lim dim tả vãng, thượng ngưng kết
Dùng công lực mắt vận chuyển óc
Đem thẳng Nội Đan về Nê Hoàn
Hữu biên phóng hạ phục khởi triết
Lên xuống tuần hoàn ba sáu (36) lần
Dương cực Âm sinh rồi Hữu chuyển
Rồi phải mở cửa để Thoái Hỏa
Mắt đưa xuống dưới giữ Khôn Điền
Tòng Hữu biên thượng, Tả biên hạ
Ba tám: hăm bốn một Chu Thiên
Lúc ấy Tự Nhiên Chân Hỏa Hậu
Tự nhiên thăng giáng, tự sưu thiêm
Hết còn Huyền Vọng, còn Hối Sóc
Hết còn Mộc Dục, hết Trường Thiên
Dị danh tiễu trừ, thí dụ bỏ
Chỉ còn hai chữ ấy Chân Thuyên

Phép này dùng sau phép Kiền Khôn Giao Cấu, thì Kim Đơn sẽ không hao tán. Trước hết đem Pháp Khí trụ Thái Huyền Quan (Vĩ Lư), rồi hành khí tới Khôn Tề (Rốn). Lâu sau sẽ từ phía tả đưa lên Kiền Đình (Đỉnh Đầu). Ngưng lại một chút rồi từ phía Hữu giáng xuống Đan Điền (Rốn). Thế là một độ. Rồi lại từ Rốn lên Đỉnh Đầu, rồi lại từ Đỉnh Đầu xuống Rốn. Làm như vậy 36 lần, thế là tiến Dương Hỏa. Sau 36 lần đó, sẽ khai quan để Thoái Âm Hỏa. Lại khởi từ Rốn, tòng Hữu mà đi lên đỉnh đầu. Rồi lại theo tả biên mà về Rốn. Xoay vòng như vậy 24 lần. Đó là Thoái Âm Phù, 24 vòng là xong.

Trương Tử Dương nói:

Đẩu cực kiến tứ thời	斗 極 建 四 時
Bát tiết vô bất thuận	八 節 無 不 順
Đẩu cực thiệt ngột nhiên	斗 極 实 兀 然
Khôi Tiêu tự di động	魁 杓 自 移 動
Chỉ yếu lưỡng nhãn kiểu	只 要 兩 眼 皎
Thượng hạ giao tương tống	上 下 交 相 送
Tu hướng tĩnh trung hành	須 向 靜 中 行
Mạc hướng mang lý tống	莫 向 忙 里 綜

Bắc Đẩu định tứ thời
Bát tiết không sai thác
Bắc Đẩu vốn không động
Đuôi sao Khuê xoay vần
Chỉ cần tinh đôi mắt
Trên dưới trông cho rành
Xem sao cần tĩnh lãng
Lòng phải thật quang minh

Tại sao phải dùng mắt sáng suốt? Thưa vì mắt là Dương Khiếu. Toàn thân con người là Âm, chỉ có một điểm Dương ấy mà thôi. Ta dùng một điểm Dương ấy, từ dưới lên trên, từ trái sang phải, chuyển vận vô cùng, để chiến thoái quần Âm. Như vậy Dương Đạo ngày một trưởng, Âm Đạo ngày một tiêu.

Cho nên Dịch Kinh nói: Long chiến vu dã, kỳ huyết huyền hoàng 龍戰于野其血玄黃 *(Ngoài đồng Rồng đánh lộn nhau, Máu phun chan chứa pha màu vàng đen).*

Lại có thể khiến cho một khí lưu hành, tuần hoàn trên dưới nên công năng của mắt thật là lớn vậy.

Vả khi con người vừa mới kết thai, Thiên Nhất sinh Thủy thì Tròng Đen sinh trước. Đồng Tử sinh sau, thuộc Thận; Địa Nhị sinh Hỏa, mà có hai vành mắt; thuộc Tâm. Thiên Tam sinh mộc, mà có tròng đen, thuộc Gan; Địa Tứ sinh Kim, mà có tròng trắng, thuộc Phổi; Thiên Ngũ sinh Thổ, mà có da trên dưới mắt, thuộc Tì.

Cứ xem như thế, thì tinh hoa ngũ tạng đều phát nơi mắt. Sau khi Thầy ta chỉ Khiếu cho ta, ta quan sát thai những người bị tiểu sản, hay thai trâu bò, hay xem trứng khi chưa thành con, thì bao giờ cũng thấy đôi mắt sinh trước khi tạng phủ thành hình, cho nên ta biết đôi mắt là "Tiên Thiên Chi Linh", quán xá của Nguyên Thần đến đó du chơi.

Hoàng Cực Kinh Thế viết:

Thiên chi Thần, Thê vu Mục	天 之 神 棲 于 目
Nhân chi Thần, Phát vu Mục	人 之 神 發 于 目

Thần của Trời, Ngự đôi mắt
Thần con người, Phát tại mắt

Lớn thay là câu nói: Nhân chi Thần, phát vu mục

Khi sinh thân, thì vật đó sinh ra trước; khi thân diệt, thì vật đó mất đi trước. Ngũ hành: Kim, Mộc, Thủy, Hỏa, Thổ kết hợp tại đấy. Linh khí của Tâm, Can, Tì, Phế, Thận tập trung tại đó. Nước dãi, nước mắt, Tinh, Tân, Khí, Huyết, Dịch bảy thứ đó đều tụ tại đó. Nó lớn thì thiên địa không chỗ chứa, nó nhỏ thì hào mao cũng không nạp. Đó há chẳng phải là báu vật trong thân ta hay sao?

Nội chỉ Thông Huyền Quyết viết:

Hàm quang tiện thị Trường sinh dược　含光便是長生藥
Biến cốt thành Kim Thượng Phẩm Tiên　變骨成金上品仙
Nhãn tình chính thật Trường Sinh dược
Biến cốt thành Kim, Thượng Phẩm Tiên

Thượng Dương Tử viết:

Huyền vi diệu quyết vô đa ngôn　玄微妙訣無多言
Chỉ tại nhãn tiền nhân bất cố　只在眼前人不顾
Huyền vi diệu quyết chẳng nhiều lời
Rành rành trước mắt người chẳng ngó

Sùng Chính Thiên vãn:

Ban vận hữu công liên trú dạ,　搬運右功連晝夜
Oát tuyền chí diệu thể Tuyền Ki　斡旋至妙體璇玑
Nội khí vận hành Liên trú dạ
Mắt xoay kỳ diệu giống Tuyền Ki

Hỏa Hầu Ca nói:

Dục thấu Huyền Huyền tu cẩn độc　欲透玄玄須謹獨
Cẩn độc công phu cơ tại mục　謹獨工夫機在目
Chuyên tâm cẩn thận thấu Huyền Cơ
Cẩn Thận công phu do mắt đó

Trần Nê Hoàn nói:

Chân Âm Chân Dương thị Chân Đạo　真陰真陽是真道
Chỉ tại nhỡn tiền hà viễn thảo　只在眼前何遠討
Chân Âm Chân Dương là Chân Đạo
Nó ngay trước mặt chớ tìm xa

Tiết Đạo Quang nói:

Phân minh chỉ tại nhỡn tình tiền　分明只在眼睛前
Tự thị thời nhân bất kiến Thiên　自是時人不見天
Phân minh trước mắt chẳng xa vời
Chỉ tại con người chẳng thấy Trời

Lưu Hải Thiềm viết:

Hạ giáng thượng thăng tuần cốc trục　下降上升循穀軸
Tả toàn hữu phục hợp Khu Cơ　左旋右覆合抠機
Hạ giáng thượng thăng theo cột sống
Tả toàn hữu chuyển hợp Khu Cơ

Vương Tử Chân nói:

Tạc tiêu Xá Nữ khải Linh phi　昨宵奼女啟靈痱
Khuy kiến thần tiên hội Tử Vi　窺見神仙會紫微

Bắc Đẩu, Nam Thần tiền hậu bố　　北斗南神前後布
Lưỡng luân Nhật Nguyệt vãng lai phi　　兩輪日月往來飛
Đêm qua Xá Nữ (Nguyên Thần) mở cửa ra
Nhìn thấy Thần Tiên họp đỉnh đầu
Nam Tào, Bắc Đẩu sau trước bố
Nhật Nguyệt hai vầng bay lại qua

Tiêu Tử Hư nói:
Như Long dưỡng châu thường tự cố　　如龍養珠常自顧
Như Kê phục noãn thường tự bão　　如雞伏卵常自抱
Kim Dịch Hoàn Đơn tại nhãn tiền　　金液还丹在眼前
Mê giả đa nhi ngộ giả thiểu　　迷者多而悟者少
Như Rồng có ngọc thường lưu ý
Như Gà ấp trứng cũng như y
Kim Dịch Hoàn Đan trước mắt có
Biết ra thì ít mê lại nhiều

Trần Túy Hư nói:
Bất thị đăng quang Nhật Nguyệt Tinh　　不是燈光日月星
Dược Linh tự hữu dị thường minh　　藥靈自有異常明
Thùy Liêm cửu thị quang minh xứ　　垂帘久視光明處
Nhất lõa đường đường hiện Bản Chân　　一顆堂堂現本眞
Không đèn mà độc ánh trăng sao
Nội Dược trong người sáng biết bao
Chỉ cần nhắm mắt nhìn trong dạ
Đan Điền sẽ rạng ánh Bản Chân

Thúy Hư Thiên viết:
Mạc vị Kim Đơn sự đẳng nhàn　　莫謂金丹事等閑
Thiết tu cần khổ lực toàn nghiên　　切須勤苦力鑽研
Ân cần hảo dữ sư tư luận　　殷勤好與師資論
Bất tại tha đồ tại mục tiền　　不在他途在目前
Đừng nói luyện Đơn là chuyện dễ
Ắt phải khổ công phải điều nghiên
Cần thầy chỉ dẫn cần tha thiết
Đạo Trời trước mắt chớ nhọc tìm

Huyền Áo Tập viết:
Thanh Ngưu nhân khứ kỷ đa niên　　青牛人去幾多年
Thử Đạo phân minh tại mục tiền　　此道分明在目前
Dục thức mục tiền Chân Đích xứ　　欲識目前真的處
Nhất đường phong lãnh, nguyệt Thuyền quyên　　一堂風冷月嬋娟
Thanh Ngưu (Nguyên Thần) tìm kiếm mất nhiều năm

Kỳ thật Nguyên Thần lại mục tiền
Hiểu được Đôi Ngươi (2 tròng mắt) chân tác dụng
Nhất Dương lai phục nội đan thành

Trần Nê Hoàn nói:

Đại Đạo phân minh tại nhãn tiền	大道分明在眼前
Thời nhân bất hội ngộ qui tiền	時人不會误歸前
Hoàng Nha bản thị Kiền Khôn khí	黃牙本是乾坤氣
Thần Thủy căn cơ dữ Hống liên	神水根機與汞連

Đại Đạo (chân lý) phân minh tại mục tiền
Thế nhân không biết tường Qui Tuyền
Nội Đan chính thực Kiền Khôn Khí
Thần Thủy với Hống vốn tương Liên

Huyền Học Thống Tông viết:

Kỷ hồi đẩu sưu thượng Côn Lôn	幾回抖搜上崑崙
Vận động Tuyền Ki tạo hóa phân	運動璇玑造化分
Trú dạ chu nhi hoàn phục thủy	晝夜周而還復始
Anh Nhi tòng thử trường tồn	嬰兒從此長存

Mấy lần vận dụng thấu Nê Hoàn
Bắt chước Tuyền Ki chuyển Tuần Hoàn
Ngày đêm phản phục xoay vần chuyển
Nội đơn nhờ thế sẽ trường tồn

Quan Ngô (Phàn Hoặc Ca) viết:

Giá cốt đồng, đại áo diệu	這骨董大奥妙
Diệu tại thường hữu quan kỳ khiếu	妙在常有觀其竅
Thử khiếu phân minh tại mục tiền	此竅光明在目前
Hạ sĩ văn chi tắc đại tiếu	下士聞之則大笑

Điều tạp nhạp này thật ảo diệu
Ảo diệu tại chỗ quan kỳ khiếu
Khiếu này thật sự trước mắt thôi
Hạ sĩ nghe qua phá lên cười

Kim Đơn Phú viết:

Long hô, Hổ hấp	龍呼虎吸
Hồn thôn, Phách thổ	魂吞魄吐
Nam Bắc giao cấu vu Thuỷ Hỏa	南北交媾于水火
Mão Dậu luân hoàn vu Tí Ngọ	卯酉輪還于子午
Tổng quát Kiền Khôn chi sách	總括乾坤之策
Ưu du biến hóa chi chủ	優游變化之主
Tử Mẫu bao la vu khuông quách	子母包羅于匡郭
Dục dưỡng nhân y vu đỉnh phủ	育養因依于鼎釜

Nguyên Thần, Nguyên Khí tương hô hấp
Hồn Phách thôn thổ tương y
Nam Bắc giao cấu vu Thủy Hỏa
Mão Dậu xoay vần qua Tí Ngọ
Tóm lại luyện đan chi kế sách
Đều lấy an nhàn làm pháp thuật
Đôi mắt hàm tàng đủ Thần Khí
Dưỡng dục chung quy tại Đan Điền

Quần Tiên Châu Ngọc vân:

Giác trung, giác liễu ngộ trung ngộ	覺中覺了悟中悟
Nhất điểm Linh Quang vô già hộ	一點靈光無遮護
Phóng khai liệt diệm chiếu Ta Bà	放開烈焰照娑婆
Pháp giới tung hoành độc hiển lộ	法界縱横獨顯露
Giá ta tiêu tức thậm u vi	這些消息甚幽微
Mộc nhân diêu chỉ bạch vân qui	木人遙指白雲歸
Thử cá Huyền Quan khẩu nan thuyết	此個玄關口難說
Mục tiền kiến đắc tiện vong ki	目前見得便忘機

Giác ngộ chung qui giác ngộ rồi
Ánh sáng Đan Điền chẳng dấu ai
Phóng khai lửa rực chiếu Ta Bà
Pháp giới tung hoành độc hiển lộ
Tin tức này xem thật u vi
Mộc nhân chỉ nẻo bạch vân qui
Điều huyền diệu ấy khó nói rõ
Mắt thấy qua rồi sẽ quên Ki (Cơ sảo)

Nam Cốc Tử nói:

Chí đạo bất viễn hề	至道不遠兮
Hằng tại mục tiền	恒在目前
Thiết thiên địa chi cơ hề	竊天地之機兮
Tu thành thai tiên	修成胎仙

Chí đạo chẳng có xa
Luôn ở trước mắt ta
Trộm được bí quyết Trời
Tu sẽ thành Đại Tiên

Thuần Dương Tử vân:

Hữu nhân vấn ngã tu hành pháp	有人問我修行法
Dao chỉ thiên biên nhật nguyệt luân	遙指天邊日月輪

Có kẻ hỏi ta phép tu hành
Ta chỉ trời cao Nhật Nguyệt luân[179]

[179] Chỉ Nguyên Khí, Nguyên Thần

Các lời trên là của chư tiên. Tất cả đều luận về phép Hành Khí. Tiết bàn về công phu này với tiết bốn là cùng một Lý. Trên dưới tương ứng nhau, như một chuỗi ngọc. Thái thủ dược vật thì từ Khúc Giang (Hạ Đan Điền). Tụ Hỏa mà đem nó về Đỉnh Đầu. Nguyên Thần, Nguyên Khí kết hợp với nhau ở Thượng Đan Điền. Tuần hoàn vận chuyển lên kết hợp tại Thượng Đan Điền. Trương Tử Dương nói:

Đô lai phiến hướng Công Phu　　都來片餉工夫
Vĩnh bảo vô cùng dật lạc　　永保無穷逸樂
Chỉ mất chút công phu
Có vô cùng an lạc

Khinh thanh thời ngưng tụ Nê Hoàn, trọng trọc thời xuống Khí Hải. Ngày đêm có thế mà thêm bớt, cứ thế mà hòa hợp. Hống ngày một nhiều, Diên ngày một ít. Lâu ngày Diên sẽ cạn, Hống sẽ khô. Kết thành một viên ngọc Ma Ni. Đó là Kim Dịch đại hoàn đơn vậy.

Cho nên Mã Nghi Thủ viết:

Thu đắc Thủy trung Kim　　收得水中金
Thái đắc Bồ Đề Tử　　采得菩提子
Vận đắc Côn Lôn phong,　　運得昆侖風
Trường thọ vô sinh tử　　長壽無生死
Thu được Chân Nguyên Khí
Hải được hạt Bồ Đề
Đem được lên Nê Hoàn
Là được Trường Sinh mãi

Cho nên, Diên ở trong Khảm, vốn là chân tinh của cha. Hống ở trong Ly, vốn là chân huyết của mẹ. Khi Kiền Thể bị phá, thì hai vật chia thành hai. Cho nên thường nhân thì ngày một đi vào con đường ly cách, ly cách mãi cho đến chết. Còn các bậc chí nhân, thì phòng theo cái thể của hai quẻ Kiền Khôn; và cái dụng của quẻ Khảm, Ly; đoạt thần công; cải thiên mệnh, đem Diên của quẻ Khảm, chế Hồng quẻ Ly; đem hào dương của quẻ Khảm, thay hào âm quẻ Ly. Như vậy Âm sẽ tận, Dương sẽ thuần, trở lại Thuần Kiền.

Cho nên Trương Dương Tử nói:

Thủ tương Khảm vị tâm trung thật　　取將坎位心中實
Điểm hóa Ly cung phúc nội Âm　　點化離宮腹內陰
Tự thử biến thành Kiền kiện thể　　自此變成乾健體
Tiềm tàng phi dược tận do Tâm　　潛藏飛躍盡由心
Hãy lấy hào dương nơi quẻ Khảm
Điểm hóa quẻ Ly hào giữa Âm
Do đó biến thành Kiền kiện thể
Tiềm tàng thăng giáng sẽ do Tâm

*
*　*

Lời bình của dịch giả:

Như vậy bí quyết luyện đơn chỉ là: *Thủ Khảm điền Ly, biến Ly Thành Kiền.* Nghĩa là làm sao vứt bỏ hết những gì nhơ nhớp xấu xa trong con người, chỉ còn lại những gì trong sáng, tinh hoa nhất của con người. Ý thức như Nho gia nói: *Khử nhân dục, tồn Thiên Lý, Khử nhân dục, tồn Thiên Lý,* hay *Nhân dục tận, Thiên Lý hiện.*

靈丹入鼎圖

悠悠覺萬有之空似天雲變滅

了了見一真之體如掌上圓珠

攢簇乾坤造化來手摶日月煉成灰
金公無言姹女子黃婆不老猶懷胎

一顆金丹何赫赤
大似彈丸黃似橘
人人分上本圓明
夜夜靈光照神室

流珠爍爍照昆巔九轉丹成祇自然
一粒自從吞入口始知世有活神仙

LINH ĐƠN NHẬP ĐỈNH ĐỒ - 靈丹入鼎图

(Nội dung trong đồ hình)

Du du giác vạn hữu chi không, tự Thiên vân biến diệt
悠 悠 覺 萬 有 之 空 似 天 雲 變 滅
Liễu liễu kiến nhất Chân chi thể, như chưởng thượng viên châu
了 了 見 一 真 之 體 如 掌 上 園 珠
Nhìn ra vạn hữu chính là không, y như mây Trời tùy sinh diệt
Thấy được Chân Nhất chi thể, khác nào Hạt Châu nắm trong tay.

Toàn thốc Kiền Khôn tạo hóa lai 攢 簇 乾 坤 造 化 來
Thủ bác Nhật Nguyệt luyện thành Khôi 手 博 日 月 煉 成 灰
Kim Công vô ngôn Xá Nữ tử 金 公 無 言 妊 女 子
Huỳnh Bà bất lão do hoài thai 黃 婆 不 老 猶 懷 胎
Hòa hợp Kiền Khôn Tạo Hóa lai
Nguyên Thần, Nguyên Khí luyện thành tro
Nguyên Khí chẳng còn, Nguyên Thần chết
Đan Điền bất lão kết Thánh Thai

Nhất lõa Kim Đơn hà hích xích, 一 顆 金 丹 何 赫 赤
Đại tự Đàn hoàn, hoàng tự quất 大 似 彈 丸 黃 似 橘
Nhân nhân phân thượng bản viên minh 人 人 分 上 本 圓 明
Dạ dạ linh quang chiếu Thần Thất 夜 夜 靈 光 照 神 室
Một dạ Kim Đơn sắc đỏ hồng
To như viên đạn vàng như quất
Những kẻ có duyên thấy nó sáng
Đêm đêm chiếu rạng Thượng Đan Điền

Lưu Châu thước thước chiếu Côn Điên 流 珠 爍 爍 照 崑 巔
Cửu chuyển Đan thành chỉ tự nhiên 九 轉 丹 成 只 自 然
Nhất lạp tự tòng thôn nhập khẩu 一 粒 自 從 吞 入 口
Thủy tri thế hữu hoạt Thần Tiên 始 知 世 有 活 神 仙
Nguyên Thần rãi sáng Thượng Đan Điền
Cửu chuyển Đan thành thuận tự nhiên
Từ lúc nếm qua mùi vị Thuốc
Mới hay trần thế có Thần Tiên

ĐỆ LỤC TIẾT KHẨU QUYẾT

LINH ĐAN NHẬP ĐỈNH TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI

第六節抉訣:靈丹入鼎長養聖胎

Nội phụ hỏa hầu - 內附火侯

Nguyên sơ có một điểm Tinh Kim còn nằm trong khoáng, vì bị lửa bức bách, nên bay lên cung Kiền. Dần dần thái thủ, dần dần tích tụ, để nấu, để nung, luyện rồi lại luyện.

Cho đến khi khói tan, lửa tắt, khoáng tàn, kim thuần. Bấy giờ được một hạt Long Hổ Kim Đơn, tròn tròn, sáng rực rỡ, như sương, như điện, không phải sương mù, không phải khói, huy hoàng rực rỡ, chói lọi Côn Lôn. Phóng ra thì khai thông Thiên Địa huyệt, thu lại thì ẩn tại Thúy Vi Cung (Thượng Đan Điền)

Lúc này Dược không sinh, cũng chẳng chuyển, tán dịch không đi xuống, lửa chẳng bốc lên. Ngũ Khí đều chầu về Thượng Dương, Tam Hoa đều qui tụ về đỉnh đầu. Lúc ấy Âm tận, Dương thuần, Đơn thục, Châu Linh. Tử Dương Ông viết:

Quần Âm bác tận, Đan thành thục 群陰剝盡丹成熟
Khiêu xuất phàn lung, thọ vạn niên 跳出樊籠壽萬年
Quần Âm tiêu tận, Đan thành thục
Chuồng lồng thoát khỏi, thọ muôn năm.

Cho nên Đường Tống chư tiên chủ trương thoát xác (Nguyên Thần xuất khiếu, bỏ lại nhục thể) có đường lối hẳn hoi, có thể tùy ý hóa thân, tự do xuất hiện tiêu thất, không cần phải "*Bách xích can đầu tái tiến nhất bộ*". Nhưng bị chê cười là "*lạc không*", là hoang tưởng, vì họ không hiểu rằng ta phải tự tạo Tính Mệnh cho ta, tạo lại Kiền Khôn cho ta, biến hóa cái tính chúng sinh của chúng ta thành Phật tính, biến hóa Thức Thần chúng ta thành Nguyên Thần, biết cái nhiệm màu, cái cơ vi ảo diệu Tự Tạo Tự Hóa chúng ta.

Những người theo Mệnh Tông không biết cách trở thành Tạo Hóa của chính mình thì chỉ là những kẻ bàng môn, ngồi trơ như khúc gỗ, còn những người theo Tính Tông mà không biết trở thành Tạo Hóa của chính mình thì chỉ là những kẻ Ngoan Không, ngoại Đạo, Thích mà chẳng phải là Thích (Phật).

Phép này là phép bí truyền của Tiên Phật, từ đời Kim, Nguyên đến nay ít người biết đến, chỉ có thầy ta là Doãn Chân Nhân mới nói:

Đỉnh trung hữu bảo phi chân bảo 鼎中有寶非真寶
Trùng kết Linh Thai thị Thánh Thai 重結靈胎是聖胎
Đỉnh trung bảo bối, không là Chân Bảo
Luyện lại Linh Thai ấy Thánh Thai

Nhưng Châu ở Côn Lôn (đỉnh đầu) làm sao xuống dưới được để kết thành Thánh Thai? Nhất định phải nhờ mũi, rồi trộm Linh Dương Chân Khí để đẩy nó xuống. Dùng Thái Dương Chân Hỏa để ép nó xuống. Thúc ép lâu dần, Linh Đan sẽ chịu rơi xuống, sẽ chui xuống miệng, hóa thành Kim Dịch, trực xạ xuống Đan Điền. Khoảnh khắc mây tuôn mưa rải, sấm chớp rền vang, đánh tan hết Âm Khí và Bách Linh sẽ qui tụ cả về, y thức như tai hoa xe đều gom về trục xe và thất bửu trong con người (tinh, huyết, khí, tủy, não, thận, tâm) cũng đều qui tụ nơi đó vậy.

Xưa kia đức Vô Thượng Nguyên Quân dạy Lão Tử: Thần đan nhập khẩu, thọ vô cùng dã 神丹入口壽無穷野 *(Thần đan lọt khẩu, sẽ thọ vô cùng).* Lão Tử tu luyện theo đó mà thành Đạo tổ.

Hứa Tuyên Bình nói:

Thần cư khiếu nhi thiên trí sinh　神居竅而千智生
Đan nhập đỉnh nhi vạn chủng hóa　丹入鼎而萬種化
Thần cư khiếu nên vạn trí sinh
Đan nhập đỉnh nên muôn biến hóa.

Trần Hư Bạch nói:

Ngã sơ ngưng kết thánh thai thời　我初凝結聖胎時
Bách mạch câu đình, khí bất trì　百脈俱停氣不馳
Khi xưa ta thành được Thánh Thai
Bách mạch đều ngưng khí chẳng đi

Thi Kiên Ngô nói:

Thiên Nhân đồng nhất khí　天人同一氣
Bỉ thử cảm nhi thông　彼此感而通
Dương tự không trung lai　陽自空中來
Bão ngã chủ nhân Ông　抱我主人翁
Trời Người chung một khí
Hai bên Cảm sẽ Thông
Khí Dương từ Trời xuống
Với Nguyên Khí ta đồng

Khi Linh Đơn trong ta đã nhập đỉnh, nếu ta biết nội ngoại giao tu, luyện đi luyện lại thì sẽ Thiên Địa hợp đức, và từ Thái Hư sẽ thấy một điểm Chân Dương xuống hợp nhất với Linh Đan trong ta. Bởi vì cái Linh trong ta cảm với cái Linh trong trời đất, trong ngoài sẽ ứng hợp với nhau và trở nên một.

Kim Bích Kinh viết: Từ thạch hấp thiết, cách ngại tiềm thông 磁石吸鐵隔礙潛通 *(Từ thạch hút sắt, thì không còn trở ngại gì).*

Đoạn công phu này đều lấy Chí Tĩnh làm chủ. Lão Tử nói: Nhân năng thường thanh tĩnh, thiên hạ tất giai qui 人能常清静天下悉皆歸 *(Nếu con người luôn luôn thanh tĩnh, thì thiên hạ sẽ qui về).* Khi mà hai Dương trong ngoài kết hợp, khi Thánh Thai vừa kết, thì phải thường thường quan tâm, cẩn cẩn hộ trì, như rồng con dưỡng ngọc, như thiếu nữ mới có thai, phải đóng chặt Đan Điền, không được cho nó thấm lậu ra ngoài. Cho nên, Thái Bạch chân nhân nói: Cố tế thai bất tiết, Biến hóa tại tu du 固濟胎不泄變化在須臾 *(Giữ gìn cho cẩn trọng, Thánh Thai không khinh tiết. Biến hóa xảy ra ngay).*

Lại trong mọi thời khắc, phải cẩn thận đi, đứng, nằm, ngồi, lúc nào cũng lưu tâm chú ý như vậy, như tại mẫu thai, phải như si ngốc không biến cải, không được gián đoạn khi nào.

Cát Tiên Ông nói:

Tức tức qui trung vô gián đoạn
息息歸中無間斷
Thiên Chân thai lý tự ngưng kiên
天真胎里自凝坚
Hít thở từng giây không gián đoạn
Tiên Thiên Thai Lý sẽ chắc bền

Trương Dụng Thành nói:

Nhất lạp Linh Đơn thôn nhập phúc 一 粒 靈 丹 吞 入 腹
Thủy tri Ngã mệnh bất do Thiên 始 知 我 命 不 由 天
Nuốt được Linh Đơn vào trong dạ
Mới hay Ngã Mệnh chẳng tại trời

Thạch Đắc Chí nói:

Tương lai chưởng thượng hà quang xán 將 來 掌 上 瘕 光 燦
Thôn nhập phúc trung cung điện tân 吞 入 腹 中 宮 殿 新
Kim đơn xán lạn trong tay có
Nuốt vào trong dạ ngũ tạng thay

Triệu Duyên Đốc nói:

Thần đan phi lạc Huỳnh Kim Thất 神 丹 飛 落 黃 金 室
Anh Nhi giáng sinh Cực Lạc Quốc 嬰 兒 降 生 極 樂 國
Nội đan phi giáng Thượng Đan Điền
Anh Nhi sinh tại Hạ Đan Điền

Lữ Thuần Dương nói:

Đao khuê nhĩ liễu Đan Thư giáng 刀 圭 饵 了 丹 書 降
Khiêu xuất trần lung thượng Cửu Thiên 跳 出 塵 籠 上 九 天
Đao Khuê bụng đã nuốt vào
Bẫy trần đà thoát, bay vào Cửu Thiên

Chu Văn Công viết:

Đao khuê nhất nhập khẩu 刀 圭 一 入 口
Bạch nhật sinh vũ hàn 白 日 生 羽 翰
Đao Khuê miệng đã nuốt vào
Người như mọc cách bay cao lên Trời

Lý Thanh Am nói:

Nhất lõa bảo châu thôn nhập phúc 一 顆 寶 珠 吞 入 腹
Tác cá toàn chân tiên quyến thuộc 作 個 全 真 仙 眷 屬
Một hạt minh châu đã nuốt vào
Quyên thuộc với Tiên tự thủa nào

Trần Hi Di nói:

Mạc vô tông tích qui đan quýnh 邈 無 蹤 跡 歸 丹 局
Tiềm hữu cơ quan kết thánh thai 潛 有 機 關 結 聖 胎
Tung tích Kim Đan lọt quýnh phòng
Ắt có cơ quan giúp thành Đan

Tiết Tử Hiền nói:

Tứ Tượng bao hàm qui Mậu Kỷ 四 象 包 含 歸 戊 己
Tân cần thập nguyệt sản Anh Nhi 辛 勤 十 月 產 嬰 兒

Tứ tượng bao hàm qui Mậu Kỷ
Mười tháng cưu mang sinh Thánh Thai

Ngộ Châu Thiên viết:

Quả sinh chi thượng chung kỳ thục 果生枝上終期熟
Tử tại bào trung khởi hữu thù? 子在胞中豈有殊
Quả ở trên cành rồi cũng chín
Thai nhi trong bụng có khác chi?

Túy Trung Ngâm viết:

Bảo châu tiếu vũ từ Thiên Cốc 寶珠笑舞辭天谷
Tài thoát bào thai hựu nhập thai 才脱胞胎又入胎
Bảo châu múa nhảy từ Thiên Cốc
Vừa thoát Bào Thai lại nhập thai

Trương Tử Dương nói:

Anh Nhi thị Nhất hàm chân khí 嬰兒是一含真氣
Thập nguyệt thai viên nhập thánh ki 十月胎圆入聖基
Anh Nhi là Nhất hàm chân khí
Kinh qua mười tháng thành Thánh Thai

Lữ Thuần Dương nói:

Thiên sinh Nhất Vật biến Tam Tài 天生一物变三才
Giao cảm Âm Dương kết Thánh Thai 交感陰陽結聖胎
Trời sinh một vật biến Tam Tài (Tinh Khí Thần)
Giao cảm Âm Dương kết Thánh Thai

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Kê năng bão noãn tâm thường thính 雞能抱卵心常聽
Thiền đáo thành hình, xác thủy phân 蟬到成形殼始分
Gà kia ấp trứng tâm thường thính[180]
Ve lúc thành hình, thoát xác ve

Du Thạch Giản nói:

Hổ khiếu nhất thanh, Long xuất quật 虎嘯一聲龍出窟
Loan phi, Phượng vũ nhập Kim Thành 鸞飛鳳舞入金城
Hổ gầm một tiếng, Rồng rời ổ
Loan Phi, Phượng Vũ nhập Đan Điền

Quần Tiên Châu Ngọc viết:

Nhất lạp xan hề Thiên Địa thọ 一粒餐兮天地壽
Tử sinh, sinh tử bất tương can 死生生死不相干
Nuốt hạt kim đan thọ vô cùng
Từ nay sinh tử đã thoát vòng

[180] Thủ trung bão nhất

Trương Tử Dương nói:

Tương thôn, tương tước khước tương thân 相 吞 相 嚼 卻 相 親
Thủy giác nam nhi hữu dựng 始 覺 男 兒 有 孕
Thần Thủy nuốt vào, Thần Khí giao hợp
Mới hay Nam Tử cũng hoài thai

Chung Ly Ông nói:

Thai nội Anh Nhi tựu 胎 內 嬰 兒 就
Cần gia ôn dưỡng công 勤 加 溫 養 功
Thời thời chiếu Đan Quýnh 時 時 照 丹 局
Khắc khắc thủ Hoàng Trung 刻 刻 守 黃 中
Thai nội Anh Nhi đà lớn mạnh
Công phu ôn dưỡng phải gia tăng
Thời thời soi rọi vào Đan Quýnh
Khắc khắc lưu ý tới Hoàng Trung

Trần Nê Hoàn nói:

Nam nhi hoài dựng thị thai tiên 男 兒 懷 孕 是 胎 仙
Chỉ vị Thiềm Quang dạ dạ viên 仙 為 蟾 光 夜 夜 圓
Đoạt đắc Thiên Cơ chân tạo hóa 奪 得 天 機 真 造 化
Thân trung tự hữu Ngọc Thanh Thiên 身 中 自 有 玉 清 天
Nam giới hoài thai chính thai tiên
Như ánh trăng trong chiếu ban đêm
Đoạt được Thiên Cơ chân Tạo Hóa
Trong người sẽ có Ngọc Thanh Thiên

Trần Bão Nhất nói:

Đại Đạo vô tư cảm tức lai 大 道 無 私 感 即 來
Thần tiên thử ngữ khởi hư tai? 神 仙 此 語 豈 虛 哉
Cẩu phi trước ý cầu diên hống 苟 非 著 意 求 鉛 汞
Tranh ngộ Thiên Cơ kết thánh thai? 爭 悟 天 機 結 聖 胎
Đại Đạo vô tư cảm tức lai
Thần tiên nói thế há sai lời?
Nếu không nhất ý cầu Diên Hống,
Sao đoạt Thiên Cơ kết Thánh Thai

Huyền Áo tập nói:

Lãng Uyển, Bàn Đào tự thục thời 閬 苑 蟠 桃 自 熟 時
Trích lai phục nhĩ mạc giao trì 摘 來 服 餌 莫 教 遲
Kỷ hồi hạ thủ tiềm thâu xứ 幾 回 下 手 潛 偷 處
Vô hạn thần tiên tổng bất tri 無 限 神 仙 總 不 知
Bàn đào thượng uyển đã chín rồi
Vội vàng hái xuống hãy ăn ngay

Thiếu gì kẻ trộm ra tay hái
Cả đến thượng tiên chẳng biết gì

Long Mi Tử nói:

Hình như tước noãn đoàn đoàn đại 形如雀卵團團大
Gian tự ly châu, lõa lõa viên 間自驪珠顆顆圓
Long tử thoát thai thôn nhập khẩu 龍子脫胎吞入口
Thử thân dĩ chứng Lục Hành Tiên 此身以證陸行仙
Tròn tròn to tựa trái trứng chim
Ấy chính Ly châu cũng tròn xem
Long nhi vừa nở, nuốt vào bụng
Sẽ nhận ra mình chính Đại Tiên

Tử Hư Chân Nhân nói:

Sơ luyện hoàn đơn tu nhập thất 初煉還丹須入室
Phụ nhân hoài dựng cánh vô châu 婦人懷孕更無珠
Thánh Thai ngưng kết viên thành hậu 聖胎凝結圓成後
Xuất nhập hành tàng khởi hữu câu? 出入行藏豈有拘
Mới luyện hoàn đơn cần nhập thất
Phụ Nhân thai ngén khác chi đâu?
Thánh Thai khi đã viên thành thục
Xuất xứ hành tàng ai cản đâu?

Bạch Tử Thanh viết:

Hòa tương Mậu Kỷ tác đan lô 和將戊己作丹爐
Luyện đắc hồng hoàn hóa ngọc tô, 炼得紅丸化玉穌
Mạn thủ hỏa phù tam bách nhật 慢守火浮三百日
Sản thành nhất lõa dạ minh châu 產成一顆夜明珠
Mậu Kỷ hòa hài tác Đan Lô
Hồng Hoàn luyện dược hóa Ngọc Tô
Ba trăm ngày giữ được hỏa phù
Sinh ra một hạt dạ minh châu

Trương Chân Nhân (Tặng Bạch Long Duyên Chủ ca) nói:

Tùng thử căn miêu tiệm trưởng thành 從此根苗漸長成
Tùy thời quán khái bão Chân Tinh 隨時灌溉抱真精
Thập nguyệt thoát thai thôn nhập khẩu 十月脫胎吞入口
Bất giác phàm nhân dĩ hữu linh 不覺凡身已右靈
Từ đấy căn miêu cứ lớn dần
Tùy thời tưới tắm giữ chân tinh
Mười tháng linh đơn cho vào bụng
Tự thấy toàn thân hóa thành Linh.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Quái sự khiếu nhân tiếu kỷ hồi　怪事叫人笑幾回
Nam nhi kim dã hội hoài thai　男兒今也會懷胎
Tự gia tinh huyết tự giao cấu　自家精血自交媾
Thân lý phu thê thị hảo tai　身里夫妻是好哉

Sự lạ khiến người cười mấy trận
Nam nhi nay cũng đã mang thai
Tinh huyết hợp hoan trong mình sẵn
Lại sẵn phu thê chuyện mới kỳ

Huỳnh Nguyên Kiết nói:

Đỉnh nội Kim Đơn xán lạn quang　鼎內金丹燦爛光
Vô do trích nhĩ đáo huỳnh phòng　無由摘爾到黃房
Hốt nhiên dạ bán thiên phong tiện　忽然夜半天風便
Xuy tống Linh Nhi qui cố hương　吹送靈兒歸故鄉

Đỉnh nội Kim Đơn phóng thần quang
Không người đưa nó tới Huỳnh phòng
Gió đâu một trận giữa đêm thổi
Đem được Linh Nhi tới cố hương

Trần Túy Hư nói:

Đạo yếu vô trung dưỡng tựu nhi　道要無中養就兒
Cá trung biệt hữu Chân Đoan Đích　個中別有真端的
Đô duyên giản dị diệu Thiên Cơ　都緣簡易妙天機
Tán tại Đan Thư bất khẳng tiết　散在丹書不肯紲

Đạo tự Vô trung dưỡng thánh thai
Kỳ trung đã hẳn có đầu đuôi
Lẽ Trời giản dị nào ai biết
Chính tại Đan Thư chẳng lộ lời

Vương Trùng Dương nói:

Nhàn trung ngẫu nhĩ đáo Thiên Thai　閑中偶爾到天台
Hốt kiến hà quang ngũ sắc khai　忽見霞光五色開
Tưởng thị Kim Đơn sơ biến hóa,　想是金丹初變化
Thủ qui đỉnh nội kết anh nhi　取歸鼎內結嬰兒

Thư nhàn bất chợt tới Thiên Thai
Bỗng thấy mây trời năm sắc hiện
Tưởng rằng Kim Dịch vừa biến hóa
Thu về Kim Đỉnh kết thánh thai

Thượng Dương Tử nói:

Ngọc Hoàng nhược dã vấn đơn tài　玉皇若也問丹材
Yển Nguyệt lô trung, thủ hạ lai　偃月爐中取下來

Trì sính anh hùng thôn nhất lạp　　馳 騁 英 雄 吞 一 粒
Nam nhi hoài liễu nhất niên thai　　男 兒 懷 了 一 年 胎
Trời rằng Dược vật lấy từ đâu?
Thưa rằng đã lấy tự Linh Đài (Đan Điền)
Anh hùng rong ruổi nuốt một hạt
Nam tử nay đã một năm thai

Trần Chí Hư nói:

Cơ san, khát ẩm, khốn lai miên　　飢 飡 渴 飲 困 来 眠
Đại đạo phân minh thể tự nhiên　　大 道 分 明 體 自 然
Thập nguyệt Thánh Thai hoàn tựu liễu　　十 月 聖 胎 完 就 了
Nhất thanh tích lịch xuất Đan Điền　　一 聲 霹 靂 出 丹 田
Đói ăn, khát uống, mệt ngủ quên
Đại đạo chẳng qua giống tự nhiên
Mười tháng thánh thai đà thành tựu
Một tiếng sấm vang, xuất Đan Điền

Ngay Đạo Phật dạy người cũng không ngoài pháp này. Như kinh Lăng Nghiêm viết: *"Hành động giống như Phật, lại tiếp thụ được khí chất của Phật, ví như thai nhi, tự nhiên sinh ra do phụ mẫu, sinh mệnh tương thông với cha mẹ và trở nên con cái Phật, nên gọi là Sinh Quí. Thai Nhi vào được Phật đạo, nghĩa là khi con người đã giác ngộ, thì cũng như thai nhi đã trưởng thành, đã đủ hết tướng người, nên gọi là Phương Tiện Cụ Túc. Dung mạo y như Phật, cả tâm tướng cũng vậy, nên gọi là Chính Tâm. Khi Thân và Tâm đều đã trưởng thành, một ngày một lớn thì gọi là Bất Thoái, có đủ Thập Thân, Linh Tướng. Khi mọi sự đã đầy đủ thì gọi là Chủng Chân. Hình Thể đã trưởng thành mà ra khỏi bào thai thì gọi là Phật Tử hay Pháp Vương Tử. Hình mạo, cử động đều đã như người. Y như một vị quốc vương, lo mọi chuyện quốc gia đại sự, rồi truyền cho Thái Tử. Thế tử của Sát Lợi Vương ấy nay đã trưởng thành, cùng với các bạn đồng môn, làm lễ Quán Đỉnh, nhập vào Phật môn gọi là Quán Đỉnh*

Gọi là có giống Như Lai, nghĩa là biết biến đổi cái Tiên Thiên chủng Tánh của mình thành Như Lai chúng tử, biến hóa cái Tự Kỷ sáng tạo của mình thành Phật Tử nên gọi là Đạo Thai, là Giác Dân, như vậy cũng giống như người đàn bà mang thai. Đạo gia gọi là Thai Tiên có gì khác đâu? Đợi cho đến khi hình thể trưởng thành, ra khỏi bào thai gọi là Phật Tử. Cái đó có khác gì:

Chân nhân xuất hiện đại Thần Thông, tòng thử Thiên Tiên khả tương hạ

真人出現大神通從此天仙可相賀

(Chân Tiên hiển lộ đại thần thông, từ đó có thể cùng chư tiên chúc tụng lẫn nhau) đâu?

Sách Đan thư hay Phật điển đều có thứ tự khẩu quyết, nhưng con người nào có hay, như vừa nhìn đã bỏ qua, y như gặp châu ngọc bên đường mà người không lượm, thật đáng tiếc. Ta nay lược dẫn ít đoạn kinh sách, nói lại cho rõ ràng, đem Chân Lý của người xưa để chỉ chỗ lầm lẫn của người nay.

火侯崇正圖

從來真火本天然
何事迷途妄指傳
若將方木投圓竅
醜姥爭教得少年

玉爐靄靄騰雲氣
金鼎蒙蒙長紫芝
神水時時勤溉灌
留連毋使火龍飛

契論經歌講至真
不將火候着於文
要知口訣通玄處
須共神仙仔細論

真橐龠
真鼎爐
無中有
有中無

太上老君櫻

元始天尊霜

火候足
莫傷丹
天地靈
造化慳

神仙不作參同契
火侯功夫那得知
千載晦翁拈一語
可憐無及魏君時
玉爐煉就長生藥

金鼎燒成不死丹
有象有爻不是妄
無盈無昃亦成空
試且爲君通一綫
看看日出嶺東紅

HỎA HẦU SÙNG CHÍNH ĐỒ - 火侯图崇正

(Nội dung trong đồ hình)

Tòng lai Chân Hỏa bản Thiên Nhiên 從來真火本天然
Hà sự mê đồ vọng chỉ truyền 何事迷途妄指傳
Nhược tương phương mộc đầu viên khiếu 若將方木投圓竅
Xú lão tranh giáo đắc thiếu niên 醜老爭教得少年
Chân Hỏa xưa nay vốn tự nhiên
Bị bọn ngu si loạn chỉ truyền
Đem được Chân Dưng về Đan Đỉnh
Rồi ra bà lão biến thiếu niên

Ngọc lô yết yết đằng vân khí 玉爐霭霭騰雲氣
Kim Đỉnh mông mông trưởng Tử Chi 金鼎朦朦長紫芝
Thần thủy thời thời cần khái quán 神水時時勤慨灌
Lưu Liên mẫu sử Hỏa Long phi 留連母使火龍飛
Ngọc Lô (Đan Điền), mây khói tỏa mù khơi
Kim đỉnh mơ màng mọc Tử Chi (Nội Đơn)
Thần thủy nếu hay năng tưới tắm
Nguyên Thần sớm muộn cũng cao phi

Khế luận, kinh ca giảng Chí Nhân 契論經歌講至人
Bất tương Hỏa Hậu trước ư văn 不將火候著於文
Yếu tri khẩu quyết thông huyền xứ 要知口訣通玄處
Tu cộng Thần Tiên tử tế luân 須共神仙仔細论
Kinh sách xưa nay giảng Lý Chân
Không đem Hỏa Hậu viết thành văn
Nhưng mà khẩu quyết bàn chuyện đó
Hãy gặp Chân Tiên để luận bàn

Chân thác thược 真橐籥
Chân đỉnh lô 真鼎爐
Vô trung hữu 無中有
Hữu trung vô 有中無
Nguyên Thủy Thiên Tôn sương 元始天尊霜
Thái Thượng Lão Quân anh 太上老君櫻
Hỏa hầu túc 火候足
Mạc thương đơn 莫傷丹
Thiên Địa Linh 天地靈
Tạo hóa kiên 造化悭
Chân thác thược
Chân đỉnh Lô
Vô trung Hữu
Hữu trung Vô

Sương của Nguyên Thủy Thiên Tôn (Nội Đan)
Anh Đào của Thái Thượng Lão Quân
Hỏa hầu không được thiếu
Nhưng không được hại Đan
Điều Linh diệu Tạo Hóa
Trời ban rất sẻn so

Thần tiên bất tác Tham Đồng Khế	神仙不作參同契
Hỏa hậu công phu na đắc tri?	火候功夫那得知
Thiên tải Hối Ông niêm nhất ngữ	千載晦翁拈一語
Khả lân vô cập Nguỵ Quân thì	可燐無及魏君時
Ngọc Lô luyện tựu Trường Sinh Dược	玉爐煉就長生藥
Kim Đỉnh thiêu thành Bất Tử Đan	金鼎燒成不死丹
Hữu tượng, hữu hào bất thị vọng	有象有爻不是妄
Vô doanh vô trắc diệc thành không	無盈無仄亦成空
Thí thả vi quân thông nhất tuyến	試且為君通一線
Khan khan nhật xuất lĩnh đông hồng	看看日出嶺東紅

Thần tiên không soạn Tham Đồng Khế
Nhân loại làm sao biết Hỏa Hầu?
Nghìn năm sau, Hối Ông cũng bàn truyện đó
Nhưng tiếc không bằng Ngụy Bá Dương
Đan Điền chế được Trường Sinh Dược
Nê Hoàn thiêu xuất Bất Tử Đan
Có đủ tượng hào không giả dối
Không khuyết, không tròn ắt là Không
Đạo lý Hỏa Hầu xin chỉ lối
Hãy nhìn đỉnh núi một vừng hồng.

*

* *

HỎA HẦU

Hỏa hầu là điều bí mật, thánh nhân không truyền nay xin nói lộ ra.

Thuốc không có lửa, không sinh. Thuốc chín, lửa sẽ hết. Lửa không thuốc sẽ không sinh. Lửa mà đủ, đan sẽ thành. Vả cái kỳ bí của lửa, không thể nhất khái nói xong.

Khi chưa được đơn thì phải dùng Vũ Hỏa mà ngưng kết. Khi đã được đơn, thì phải dùng Văn Hỏa mà nuôi dưỡng. Văn Hỏa là lửa Kết Bửu (Kết Bửu: kết đan). Cách dưỡng nó thì phải biết tiết chế nó bằng Hàn Ôn, Tiêu Tức vậy.

Tham Đồng Khế nói: Hầu thị gia cẩn thận, thẩm sát biện hàn ôn 候視加謹慎審察辨寒溫

Thấy lửa cháy, phải dùng gió Tốn (Tốn – gió) thổi vào. Thấy lửa đã cháy, phải dùng Thần Hỏa làm cho nó đượm. Lửa quá mạnh, sẽ giảm đi; lửa không đủ, sẽ tăng lên. Làm sao cho trung hòa, không bị Hỏa Táo hay Hỏa Hàn vậy.

Vả lửa mạnh hay yếu là do ý niệm mà ra. Cho nên, Trần Hư Bạch nói:

Niệm bất khả khởi, niệm khởi tắc hỏa táo	念不可起念起則火燥
Ý bất khả tán, ý tán tắc hỏa lãnh	意不可散意散則火冷

Vọng niệm không nên khởi, Niệm khởi lửa bốc to
Ý không nên phân tán, Ý tán lửa sẽ yếu

Chỉ cần một niệm không sinh, một ý không tán, thu liễm mục quang, trầm tĩnh tự nhiên, chân tức điều hòa liên tục, lúc nào cũng tỉnh thức, đó là Chân Hỏa hầu để trường dưỡng thánh thai

Cho nên Bạch Ngọc Thiềm nói:

Thái Dược Vật vu bất động chi trung　采藥物于不動之中
Hành Hỏa Hầu vu Vô Vi chi nội　行火候于無為之內
Hái thuốc là khi an tĩnh nhất,
Hành Hỏa Hầu chỉ cốt thật tự nhiên

Trương Tam Phong nói:

Dĩ mặc, dĩ nhu tồn Hỏa Tính　以默以柔存火性
Vật vong vật trợ dưỡng Linh Thai　勿忘勿助養靈胎
Yên lặng, nhu hòa gìn giữ lửa
Vật vong, vật trợ dưỡng Linh Thai

Lưu Hải Thiềm nói:

Ngột ngột Vô Vi dung chí bảo　兀兀無為融至寶
Vi vi Văn Hỏa dưỡng Tiềm Long　微為文火養潛龍
Tĩnh tĩnh Vô Vi dung dưỡng Nội Đan
Lửa Văn nhè nhẹ nuôi Rồng nhỏ

Trương Tử Dương nói:

Tự hữu Thiên Nhiên chân hỏa dục　自有天然真火育
Bất tu sài thán cập xuy hư　不須柴炭及吹噓
Đã sẵn Thiên Nhiên Chân Hỏa ấy
Khỏi cần than củi, khỏi cần thổi gió

Lại thêm:

Mạn thủ dược lô, khán hỏa hầu　慢守藥爐看火候
Đãn an Thần Tức nhiệm thiên nhiên　但安神息任天然
Khỏi cần Dược Đỉnh với Hỏa Hầu
Chỉ cần Thần Tức hợp Thiên Nhiên

Bốn vị Cao Tiên trên đây đều dùng cái diệu dụng của Thiên Nhiên Chân Hỏa mà thành Đạo Vô Thượng Chí Tôn chứ đâu phải dùng quái hào, cân lượng, năm, tháng, ngày, giờ đâu?

Người bây giờ, hiểu sai Chân Ý của Tiên Sư, nên nệ tượng, chấp văn, nhận ngón tay làm mặt trăng, chỉ muốn suy đoán hào quái bằng cỏ thi, chỉ muốn tính âm dương cho phù hợp với nét quẻ, ta chỉ sợ những người như vậy, sẽ chung thân vất vả mà chẳng nên công trạng gì. Đến chết cũng chẳng biết đâu là Chân Lý. Chính vì thế mà Trương Bình Thúc mới nói:

Thử trung đắc ý tu vong tượng　此中得意須忘象
Nhược cứu quần hào, mạn dịch tình　若究群爻慢役情
Ý khi đã hiểu cần quên tượng
Muốn khảo quái hào chớ bận tâm

Cao Thượng Tiên nói:

Trú dạ Truân Mông pháp tự nhiên　晝夜屯蒙法自然
Yên dụng tư tư khan hỏa hậu　焉用孜孜看火候
Sáng tối Truân Mông pháp tự nhiên[181]
Cần chi vất vả ngó hỏa hầu.

[181] Truân Mông là hai quẻ chỉ sự bắt đầu

Trần Trọng Tố nói:

Hỏa tuy hữu hậu, hữu tu thời, 火雖有候有須時

Ta tử cơ quan ngã tự tri 些子機關我自知

Lửa tuy hơn kém có khác nhau

Về vấn đề này ta tự biết

Bàng Chân Nhất nói:

Dược vật điều hòa 藥勿調和

Ngộ giả thậm dị 悟者甚易

Hỏa Hầu tiêu tức 火候消息

Hành chi khủng nan 行之恐難

Dược vật điều hòa

Biết ra cũng dễ

Hảo hậu mối manh

Thực hành rất khó

Thập nguyệt công phu, bí quyết là do biết nhớ hẳn hoi, vạn niên khí số, bí quyết là sự vãng lai (ý nói Nội Khí tuần hoàn là do Nội Đơn lên xuống)

Muốn dưỡng Bửu Châu của Đan Điền, thì Bửu Châu đó thường tại. Muốn đoạt Bửu Châu của Thượng Đan Điền thì Bửu Châu đó lại hoàn phục. Vận chuyển Hà Xa, từ Vĩ Lư lên tới Thiến Cốc, lên đến Côn Lôn, Bồng Đảo.

Mấy câu đầu là nói chuyện lúc luyện đan, lúc đan thoát thai nhập khẩu. Mấy câu sau nói về luyện đơn khi đã thành, thoát thai, xuất xác. Mấy câu thơ giữa bàn về ôn dưỡng Bửu Châu, Trường dưỡng Thánh Thai.

Trương Tam Phong nói:

Niên, nguyệt, nhật thời không hữu chước 年月日時空有著

Quải, Hào, Cân, Lượng diệc chi li 卦爻斤兩亦支離

Nhược tồn hội đắc miên miên ý 若存會得綿綿意

Chính thị vật vong vật trợ thì 正是勿忘勿助時

Niên, Nguyệt, Nhật, Thời xá kể chi

Quải, Hào, Phân, Lượng cũng bỏ đi

Chỉ cần biết thở cho đúng đắn

Lại biết Không Quên, Không Giúp chi

Bạch Tử Thanh nói: Lưu tục, thiển thức, chưa học luyện Đơn thì làm sao biết rằng Nguyên Thủy Thiên Tôn và các vị Thiên Tiên, Địa Tiên tháng ngày đều hái thuốc không ngừng. Thuốc càng hái càng trở nên vô cùng. Lại há không biết rằng núi non, đất nước, người vật cũng luôn luôn hành hỏa hầu, không bao giờ ngừng, mà Hỏa càng vân thì càng không ngừng nghỉ. Thần mà ngưng thì tinh khí sẽ kết tụ và chân bửu cũng ngưng kết. Chân Tức vãng lai không hề gián đoạn thì đó là Hoả Hầu để ôn dưỡng vậy

Trần Hư Bạch nói:

Hỏa Hầu chi yếu, Vưu đương vu Chân Tức cầu chi 火候之要尤當于真息求之

(Yếu quyết Hỏa Hầu, phải tìm kiếm nơi Chân Tức)

Khưu Trường Xuân nói: Nhất niệm bất ly phương thốn thị Chân Không. Thử dưỡng thai chi Chân Hỏa dã. Phù Chân Hỏa giả, ngã chi Thần ngã, nhi dữ Thiên Địa chi Thần, Hư Không chi Thần,

đồng kỳ Thần dã. Chân Hậu giả, ngã chi Tức dã. Nhi dữ Thiên Địa chi Tức, Không Hư chi tức đồng kỳ Tức dã

一念不離方寸是真空。此養胎之真火也。

夫真火者, 我之神也。而與天地之神,

虛空之神, 同其神也。真候者我之息也,

而與天地之息, 空虛之息同其息也。

Một niệm không lìa khỏi Đan Điền, thì là Chân Không (Đại Định). Đó là Chân Hỏa để dưỡng Thai. Mà Chân Hỏa là Thần của ta, nó cùng với Thần Trời Đất và Thần Hư Không là một. Còn Chân Hầu là hơi thở của ta. Ná và Hơi Thở của Trời Đất và của Hư Không là một hơi thở vậy.

Tả Nguyên Phóng nói:

Hỏa hậu vô vi hợp tự nhiên	火候無為合自然
Tự nhiên Chân Hỏa dưỡng Thai Tiên	自然真火養胎仙
Đãn tồn Thần Tức cư đan quýnh	但存神息居丹局
Điều tiếp Tiên Thiên tiếp Hậu Thiên	調燮先天接後天

Hỏa hậu vô vi hợp tự nhiên
Tự nhiên Chân Hỏa dưỡng Thai Tiên
Thần Tức chỉ cần cư đan quýnh
Là khiến Tiên Thiên hợp Hậu Thiên

Vương Trùng Dương nói:

Thánh Thai ký ngưng	聖胎既凝
Dưỡng dĩ Văn Hỏa	養以文火
An Thần định tức	安神定息
Nhiệm kỳ tự như	任其自如
Thử dĩ Thần cảm	此以神感
Bỉ dĩ Thần ứng	彼以神應
Thiên cơ diệu dụng	天機妙用
Cố tự nhiên nhi nhiên	故自然而然

Thánh thai đã thành
Dưỡng bằng Văn Hỏa
An Thần định tức
Hết sức tự nhiên
Thần cảm bên này
Thần ứng phía kia
Thiên cơ diệu dụng
Nên rất tự nhiên

Ta nhờ đó mà biết Thần Tức, Hỏa Hầu. Mạnh tử nói:

Vật vong vật trợ 勿忘勿助 *Không quên không giúp, cứ để tự nhiên*

Lão Tử nói: Miên miên nhược tồn 綿綿若存 (*Miên man muôn kiếp vẫn còn*)

Thích thị nói: Bất đắc cần bất đắc đãi 不得勤不得怠 (*Không chăm không lười*)

Tất cả đều muốn nói về vi chỉ của Hỏa Hầu, của Thần Tức.

Cho nên nói:

Thần minh bất khẳng phân minh thuyết 神仙不肯分明說

Thuyết đắc phân minh, tiếu sát nhân 說得分明笑殺人

Thần minh không được nói rõ ràng

Nói là rõ ràng, người cười chết

*

* *

Lời bàn của dịch giả về Hỏa Hầu:

Hỏa Hầu là Chân Tức, chứ không phải là Phàm Tức (Hỏa Hầu chỉ thị Hô Hấp nhị tức, chỉ thị chân tức. Chân tức giả, nãi Chân Nhân tri hô hấp, nhi phi khẩu tị tri hô hấp). Xem *Long Hỏa Kinh đệ tứ*, Trung Quốc Khí công Đại Thành, tập 2, Phương Xuân Dương chủ biên, tr.796

長養聖胎圖

若雙修性命者必須重開混沌再立胞胎而自造化此性命也夫性命既造化矣則於父母性命中而自然養出一點性命如在母腹而爲我之性命也夫既爲我之性命矣則又自然於我之虛空中再造乾坤而爲我之真性命也夫既爲我之太虛矣則又自然中而還我於無而爲我之太虛也夫既爲我之真性命中露出端倪而爲我本來之元神也

小小房兒
藏捨利些
些芥子納
須彌邇來
煉個無生
體後去知
渠有所歸

圓覺經偈曰金剛藏當知如來寂滅性未嘗有終始若以輪回心思維即旋復但至輪回際不能入佛海比如銷金礦金非銷故有雖復本來金終以銷成就一成真金體不復重爲礦蓋金礦非金也銷之而後成金者以有金之性也種性非佛也煉之而後成佛者以有佛之性也

TRƯỜNG DƯỠNG THÁNH THAI ĐỒ - 长养圣胎图

(Nội dung trong đồ hình)

Người muốn tu Tính Mệnh, phải hiểu thế nào là Hỗn Độn. Phải tái lập bào thai, mà tự tạo, tự hóa Tính Mệnh mình. Tính Mệnh được Tạo Hóa nghĩa là từ bào thai của cha mẹ, tự nhiên dưỡng xuất ra được một điểm Tính Mệnh, như ở trong bụng mẹ, và chính là Tính Mệnh của ta vậy.

Nếu đã là Tính Mệnh của ta, thì tự nhiên ta sẽ trở về Vô và trở thành Thái Hư vậy. Nếu đã là Thái Hư thì tự nhiên trong cái hư không ấy của ta, ta sẽ tái tạo được Kiền Khôn, đó là Chân Tính Mệnh ta vậy. Nếu đã là Chân Tính Mệnh của ta thì tự nhiên trong Chân Tính Mệnh ấy, sẽ lộ xuất đoan nghê, và đó chính là Bản Lai Nguyên Thần ta vậy.

Tiểu tiểu phòng nhi tàng Xá Lợi	小 小 房 兒 藏 舍 利
Ta ta giới tử nạp Tu Di	些 些 芥 子 納 須 彌
Nhĩ lai luyện cá Vô Sinh Thể	邇 來 煉 個 無 生 體
Hậu khứ tri cừ hữu sở qui	後 去 知 渠 有 所 歸

Phòng nhỏ xinh xinh tàng Xá Lợi
Trong lòng hạt cải chứa Tu Di
Ta nay đang luyện Vô Sinh Thể
Sau đó mới hay có chốn về

Kinh Viên Giác có kệ: Kim Cương tàng chứa Như Lai Tịch Diệt tính, tính này không có đầu đuôi.

Nếu lấy tâm Luân Hồi mà suy luận, thì sẽ quanh quẩn mãi trong vòng Luân Hồi, không vào được Biển Phật, cũng y như vàng nằm trong quặng. Vàng không phải quặng, nhưng quặng thiêu lên sẽ biến thành vàng. Khi ấy, vàng không còn là khoáng nữa. Cũng vậy, khoáng không phải là vàng, nhưng thiêu đúc xong, sẽ thành vàng, vì khoáng vốn có Tính vàng.

Tính con người tuy không phải là Phật, nhưng tu luyện rồi sẽ thành Phật, vì tính con người vốn có Tính Phật.

*

* *

Lời bàn của Dịch giả

Tôi nghĩ rằng những lời vắn gọn trên đây thật là sâu sắc. Đại khái rằng:

Khi ta sinh ra làm người thì chưa biết mình có Tính Trời, Tính Phật. Nhưng trong bào thai mẹ chúng ta đã tiềm ẩn sẵn cái Tính Trời, Tính Phật ấy rồi. Chúng ta chịu suy sẽ luận ra điều này. Là trong ta sẵn có Tính Trời, Tính Phật mà chúng ta chẳng biết, chẳng hay. Nếu biết ra thì ta sẽ thấy ta cũng là vị Hóa Công có thể tái tạo lại cho mình Tính Trời, Tính Phật, tạo lại cho mình một bầu trời mới.

Chúng ta là khoáng có vàng bên trong mà ta không biết. Biết ra sẽ hun đúc cho khoáng nơi mình chảy ra thì sẽ thành vàng.

Chúng ta vốn là Phật, là Trời nhưng chúng ta phải tốn công tu luyện mới được.

Như vậy, ta phải hiểu Thánh Thai là Con Người Phàm nay đã sinh lại thành Tiên Phật.

Chúa Giêsu cũng đã nói: *Nếu con người không sinh lại sẽ không thấy được Nước Trời* (John 3.3.3.5.7)

Kinh Dịch gọi *Sinh lại* là quẻ Phục. Phục là Nhất Dương sinh, nên *Dịch* dạy: Tiềm long vật dụng *(Rồng còn tiềm ẩn chớ dùng)*

TÍNH MỆNH SONG TU
VẠN THẦN KHUÊ CHỈ
性 命 雙 修 萬 神 圭 旨

Trinh tập - Mục lục
贞集 - 目录

Khẩu quyết tiết thứ bảy
ANH NHI HIỆN HÌNH, XUẤT LY KHỔ HẢI
婴儿现身出离苦海
Anh nhi hiện hình
Chân Không luyện hình
Thoát Ly khổ ải

Khẩu quyết tiết thứ tám
DI THẦN NỘI VIỆN, ĐOAN CỦNG MINH TÂM
移神内院端拱冥心
Đoan củng minh tâm
Hóa thân ngũ ngũ
Khóa hạc lăng tiêu
Dương Thần xuất hiện

Khẩu quyết tiết thứ chín
BẢN THỂ HƯ KHÔNG, SIÊU XUẤT TAM GIỚI
本体虚空超出三界
Siêu xuất Tam Giới
Tì Lô chứng quả

嬰兒現形圖

夫蠐螬之蟲
孕螟蛉之子
傳其情交其
精混其氣和
其神隨物大
小俱得其真

此時丹熟更須慈母惜嬰兒

氣穴法名無盡藏
藏包於竅竅包空
我問空中誰是子
他云是你主人翁

行往坐卧
抱雄守雌
綿綿若存
念茲在茲

潛龍今已化飛龍
變現神通不可窮
一朝跳出珠光外
涌身直到紫微宮

神水溶液
溉灌根珠
內外無塵
長養聖軀

他日雲飛方見真人朝上帝

ANH NHI HIỆN HÌNH ĐỒ - 婴儿现形图

(Nội dung trong đồ hình)

Thử thời đan thục, cánh tu từ mẫu tích Anh Nhi 此時丹熟更須慈母惜嬰兒
(Bấy giờ đan thành, phải như mẹ hiền thương con nhỏ)
Tha nhật vân phi, phương kiến chân nhân triều Thượng Đế 他日雲飛方見真人朝上帝
(Ngày kia cưỡi mây mới thấy Chân Nhân chầu Thượng Đế)

Khí huyệt pháp danh Vô Tận Tạng 氣穴法名無盡藏
Tạng bao ư khiếu, khiếu bao không 藏包於竅竅包空
Ngã vấn Không Trung thùy thị tử? 我问空中谁是子
Tha vấn thị nhĩ Chủ Nhân Ông. 他云是你主人翁
Khí huyệt pháp danh Vô Tận Tạng,
Tạng bao ngoài Khiếu, Khiếu bao không,
Ta hỏi trong Không là ai đó?
Của Anh chính thực Chủ Nhân Ông.

Phù Vị Ông chi trùng, 夫蛴嗡之虫
Dựng Minh Linh chi tử. 孕螟蛉之子
Truyền kỳ Tình, giao kỳ Tinh, 传其情交其精
Hỗn kỳ Khí, hòa kỳ Thần, 混其气和其神
Tùy vật đại tiểu, câu đắc kỳ chân. 随物大小俱得其真
Con trùng của Vị Ông, Sinh ra con tò vò.
Truyền Tình, giao Tinh, Trộn lộn Khí Thần,
Tùy vật to nhỏ, Đều hợp kỳ Chân.

Tiềm Long kim dĩ hóa phi long, 潜龙今已化飞龙
Biểu hiện thần thông bất khả cùng. 变现神通不可穷
Nhất triều khiêu xuất Châu Quang ngoại, 一朝跳出珠光外
Dũng thân trực đáo Tử Vi Cung 涌身直到紫微宫
Rồng ẩn nay đã hóa Rồng bay,
Biểu hiện thần thông khó nói lời.
Một sớm tung mình qua Trần Cấu
Ngang nhiên tới thẳng Tử Vi Cung.

Hành, trụ, tọa, ngọa, 行住坐卧
Bão hùng, thủ thư. 抱雄守雌
Miên miên nhược tồn, 绵绵若存
Niệm tư tại tư. 念兹在兹
Đi đứng nằm ngồi, Nhu hòa như con mái
Hơi thở điều hòa, Nhẹ nhàng bình ổn.

Thần thủy dung dịch, 神水溶液
Khái quán căn châu. 溉灌根珠
Nội ngoại vô trần, 内外无尘
Trường dưỡng thánh khu. 长养圣躯
Ý thủ Đan Điền
Dùng Thần Thủy tưới bón Nội Đan
Trong ngoài thanh tĩnh
Trường dưỡng Thánh Khu (Thánh Thể)

ANH NHI HIỆN HÌNH, XUẤT LY KHỔ ẢI

婴儿现身出离苦海

Trước đây, hỏa hầu đã đủ, Thánh Thai đã tròn. Nếu trái chưa chín, Anh Nhi mới sinh, phải trải mười tháng, mới xuất bào thai. Thích thị gọi là Pháp Thân, hay thực tưởng: đạo Lão gọi là Xích Tử hay Anh Nhi.

Anh Nhi thoát bào thai, liền nhảy ra ngoài. Ẩn thân tại Khí Huyệt, và tạo lại một Hỗn Độn mới. Huyệt này chính là nơi Thần Tiên trường thai, trú tức, là nơi Xích Tử an thân, lập mệnh. Vì thế rành đường lối, biết thuận chiều trở về.

Anh Nhi đã ở yên trong tĩnh thất, trong đạo trường, thì phải bảo tàng nó cho kỹ lưỡng, phải yên lặng gìn giữ nó. Trước hết phải dùng Khôn Mẫu Huỳnh Nha mà nuôi nó (tức là dùng Nguyên Khí, Nguyên Thần), sau đó phải tích tụ sinh khí của đất trời mà bú mớm nó. Cái này cảm thì cái kia ứng, khi phát xuất thì gần, mà khi trông thấy thì xa. Trong đó, tự hô, tự hấp, tự hợp, tự khai, tự động, tự tĩnh, tự do, tự tại, như thần tiên tiêu giao nơi Vô Hà Hữu chi hương, y như Như Lai thiền định nơi bể tịch diệt.

Khi đã đạt được đại an lạc rồi, thì cần bảo hộ Đan Điền (Quan Nguyên), không cho Lục Trần xâm nhập, không thể để phiền não nhiễu loạn. Hoặc ngồi, hoặc nằm, phải luôn luôn thanh tĩnh. Hoặc đứng, hoặc đi, lúc nào cũng gia công tu trì, sao cho sáu cửa (lục căn, lục trần) kín đáo vô lậu, con đường vận chuyển, tuần hoàn luôn thông suốt. Chân thể mà được vậy, thế là đan cơ bền vững vậy. Sáng chiều hộ trì, bảo thủ như vậy, như Rồng dưỡng châu, như mẹ nuôi con, không giây phút nào được lãng quên, không một sát na nào quên chiếu rọi.

Chung Ly Ông viết:

Hài nhi ấu tiểu, vị thành nhân, 孩儿幼小未成人，
Tu tạ Khôn nương dưỡng dục ân. 须藉坤娘养育恩。
Anh nhi còn bé chửa thành người,
Phải biết ơn nhờ mẹ đất nuôi.

Lại viết:

Dĩ chứng Vô Vi, Tự Tại tâm, 已证无为自在心，
Cánh tu ôn dưỡng bảo toàn chân 更须温养保全真。
Đã chứnng Vô Vi, Tự Tại tâm
Phải tu ôn dưỡng, bảo toàn thân.

Lý Thanh Am viết:

Đan tòng bất luyện, luyện trung luyện, 丹从不炼炼中炼，
Đạo hướng Vô Vi vi xứ vi. 道向无为为处为。
Tức niệm, tức duyên điều tổ khí, 息念息缘调祖炁，
Vong văn, vong kiến dưỡng Anh Nhi. 忘闻忘见养婴儿。
Đan luyện tự nhiên, không gắng sức,
Đạo cũng Vô Vi chẳng thiên vì.
Xả niệm, xả duyên điều hô hấp,
Chẳng nghe, chẳng thấy dưỡng Anh Nhi.

Lữ Thuần Dương viết:

Phúc nội Anh Nhi dưỡng dĩ thành, 腹内婴儿养已成，
Thả cư triền thị tạm ngu tình. 且居尘市暂娱情。

Vô đoan thố đại cương nhiêu thiệt　　无端措大刚饶舌，
Khước nhập bạch vân thâm xứ hành.　却入白云深处行。
Anh Nhi trong dạ đã dưỡng thành,
Tạm thời vui sống chốn thị thành.
Tự nhiên có kẻ mong cãi lộn,
Ta đạp cưỡi mây viễn xứ hành.

Ôn dưỡng Anh Nhi là đại sự của Thần Tiên, nếu dưỡng dục không đúng cách, Anh Nhi có thể chết, vì thế phải đề phòng, không được khinh suất làm bậy, vì một khi đã đi vào mê đồ, thì không biết đàng trở lại. Vì thế Bạch Ngọc Thiềm than: Trùng chỉnh điếu ngư can, tái chước thu quân tiết 重整钓鱼杆，再斫秋筠节 (*Làm lại cần câu, chặt lại cánh trúc mùa thu - nghĩa là phải bắt đầu tu lại*)

Thượng Dương Tử viết:

Ký đạt phản hoàn cửu dữ thất,　　既达返还九与七，
Thử tức Mộc Kim tam ngũ nhất.　　此即木金三五一。
Khí toàn thần tráng hoán thai thời,　炁全神壮换胎时，
Chiếu hoạch Anh Nhi hưu viễn xuất.　照获婴儿休远出。
Nguyên Thần, Nguyên Khí đã phản hoàn,
Thế là Thần Khí đã hợp nhất.
Anh Nhi khi mới định thoát thai,
Phải lo bảo hộ đừng để mất.

Khẩu quyết phòng ngừa: Mật cố tam yếu vi cẩn 密固三要为謹。

Tham Đồng Khế viết:

Nhĩ, mục, khẩu tam bảo,　耳目口三宝，
Bế tắc vật phát thông.　　闭塞勿发通。
Chân nhân tiềm thâm uyên, 真人潜深渊，
Phù Du thủ qui trung.　　浮游守规中。
Tai, miệng, mắt là tam bảo,
Giữ kín chẳng phát thông.
Thánh Nhân ẩn đáy vực,
Bơi lội trong Đan Điền.

Phép đó chỉ là: lấy mắt nhìn mắt, lấy tai nghe tai, lấy mũi điều mũi, lấy mồm khóa mồm, tiềm tàng, phi được tại Chánh Nhất Tâm. Ngoài thì không để cho Thanh, Sắc, Xú, Vị đẩy đưa, trong thì phải vô ý, vô tất, vô cố, vô ngã. Có vậy lòng ta mới hư minh, vạn duyên mới trừng triệt, và Xích Tử trong ta mới an nhiên tự tại.

Tuy nhiên, ngoài việc giữ gìn tai, mắt, miệng (tam yếu), còn phải trừ Tam Hại bên trong. Tam Hại là: Tà niệm, phiền não, và sân nhuế vậy. Vì thế, Đạo Giác thiền sư nói: Tu thử giới, định, tuệ; Đoạn bỉ Sân, Tham, Si 修此戒定慧，断彼嗔贪痴。*(Tu Giới, Định, Tuệ; Trừ diệt Sân, Tham, Si).*

Tham Si còn dễ trị, Tức Giận khó phục hàng. Thánh Thai Quyết nói:

Sân khuể chi hỏa nhất nhiên,　嗔恚之火一燃，
Thai chân khứ như bôn mã.　　胎真去如奔马。

Trực đãi hỏa diệt, yên tiêu, 直待火灭烟消，
Phương tài qui vu lô xá. 方才归于庐舍。
Sân khuể chi hỏa vừa cháy,
Chân Thai như ngựa bôn phi.
Đợi cho lửa tắt, khói tiêu,
Đơn sẽ qui về Lô Xá.

Tống Nho cũng nói:
Dục hỏa bất trừng, 欲火不澄，
Tất hữu Liêu nguyên chi hoạn. 必有燎原之患，
Dục thủy bất trất, 欲水不窒，
Khởi vô hội xuyên chi tai. 岂无溃川之灾？
Lửa giận không trừ,
Chắc sẽ có nạn cháy rừng.
Nước tham không khống chế,
Sẽ có chuyện vỡ đê điều.

Viên Giác Đáo Tràng Tu Chứng Nghi có nói:
Nhất niệm sân khởi, 一念嗔起，
Cụ bát vạn chướng môn. 具八万障门，
Kim dục khứ sân chi pháp, 今欲去嗔之法，
Duy tông Lão Tử chi nhật tổn, 唯宗老子之日损、
Chu Dịch chỉ trừng phẫn, 周易之惩忿、
Thế tôn chi giác chiếu. 世尊之觉照。
Cơn giận vừa nổi,
Trăm vạn chướng ngại sinh.
Muốn trừ được lửa giận,
Phải Giảm hoài theo Lão Tử,
Phải Trừng Phẫn theo Chu Dịch,
Phải Giác Chiếu theo Thế Tôn.

Cao Tăng Diêu Phổ viết:
Sân Hỏa chính nhiên thời, 嗔火正燃时，
Ngã dĩ Giác chiếu chi. 我以觉照之。
Do như thang tiêu băng, 犹如汤消冰，
Liễu Liễu vô phân biệt. 了了无分别。
Lửa giận khi vừa cháy,
Ta dùng Tuệ Giác soi.
Như nước soi tan băng tuyết,
Chắc chắn không hề sai.

Sân hỏa không có thực thể, đều sinh ra từ Vô Danh. Bảo Tích Kinh có kệ: “Như dùi gỗ lấy lửa, đều phải nhờ vào nhân duyên. Nếu nhân duyên mà không hòa hợp, thì lửa sẽ không sinh. Như vậy sẽ không vừa ý. Thực tế thì tất cả đều không có y cứ. Nên biết Thanh Tính đều là

Không. Nên cơn giận không còn sinh. Giận không do nơi Thanh, càng không có chỗ trú trong người. Có đủ duyên thời sinh, không đủ duyên thời không sinh. Như sữa mà đủ nhân duyên sẽ sinh ra tô lạc (kem). Giận là vì mất bản tính, hay là vì làm những chuyện xấu xa, người ngu không biết đạo lý, nên lửa phiền não sẽ bốc cháy. Nếu biết được như vậy, thì mọi sự đều không có gì. Và sân hận sẽ thành tịch tĩnh (không còn). Nó chỉ còn cái tên xuông. Sân hận thực tế chỉ là Chân Như. Nếu hiểu được như vậy, thì là giác ngộ vậy."

Ngọc Tích Kinh còn nói: "Biết được lẽ tự nhiên này, sẽ phá được cái xác Vô Danh đó. Và Vô Danh sẽ biến thành ngọn đuốc trí huệ, và lửa giận sẽ biến thành chiến Đèn Lòng. Sân hận đã trừ thì 84.000 phiền não cũng tiêu.

Phật Kinh cũng nói: Chư ma bình đẳng, phiền não vi tiên 诸魔平等，烦恼为先。(*Tất cả yêu ma quỉ quái, thì phiền não đứng đầu*).

Lại nói: Hiện trú Bồ Tát ma, phiền não diệc vô hữu 现住菩萨魔, 烦恼亦无有。(*Trong các ma quấy Bồ Tát, không có phiền não trong đó*).

Lại nói: Trí giả vu khổ lạc, bất động như hư không. Thiện quan sát phiền não, ngã ngã sở câu ly 智者于苦乐, 不动如虚空。善观察烦恼, 我我所俱离。(*Người khôn ngoan coi sướng khổ đều như là hư không, quan sát kỹ phiền não, thấy ta không dính bén*).

Lại nói: "Bồ tát đại bi, không nhiễm phiền não, nhân thấy rằng phiền não của chúng sinh, đều là hư giả, đều do vọng tưởng sinh ra. Nếu biết rằng tất cả phiền não, đều lìa xa bản tính. Hiểu được như vậy, thế là bồ đề. Tính của phiền não, là tính bồ đề, đều là Đạo Tính, là Giác Ngộ tính."

Lại nói: "Phiền não cảnh là cảnh Phật, thấy tính của Phiền Não là Không, đó là Tu Hành đúng đường lối".

Lại nói: Dục trừ Phiền Não, đương hành Chánh Niệm 欲除烦恼, 当行正念。(*Muốn diệt trừ phiền não, phải hành Chánh niệm*[182]).

Tứ Tổ cũng nói: Nhất thiết phiền não nghiệp chướng; bản lai không tịch 一切烦恼业障, 本来空寂。*(Nhất thiết phiền não, nghiệp chướng, thật ra là không).*

Xét kỹ kinh sách Phật, đều nói là Phiền Não tính vốn không, không gây trở ngại, y như mộng ảo, không đáng để tâm. Nếu nó xúc phạm ngoại cảnh, thì chẳng qua như tiếng vang, sinh ra sau tiếng nói, xong rồi hết liền. Nếu vậy, phiền não, trần lao không đợi cho đến khi ta chết đã tự tiêu trước rồi. Thai Chân Xích Tử không nhờ vào chuyện tu luyện giả tạo mà vẫn Linh hoạt được.

Kinh còn nói:

Dĩ Trí Tuệ Kiếm, phá phiền não tặc, 以智慧剑破烦恼贼，
Dĩ Trí Tuệ Đao, liệt phiền não cương, 以智慧刀裂烦恼纲，
Dĩ Trí Tuệ Hỏa, thiêu phiền não tân. 以智慧火烧烦恼薪。
Dùng Gươm Trí Tuệ, phá phiền não tặc,
Dùng Dao Trí Tuệ, cắt lưới phiền não,
Dùng Lửa Trí Tuệ, đốt cái phiền não.

Tăng Viên Chiếu nói:

Đối trị phiền não ma, 对治烦恼魔，
Thanh tĩnh thường hoan hỉ 清净常欢喜。
Muốn trừ ma Phiền Não,
Thanh Tĩnh thường hoan hỉ.

[182] Như vậy, những người đã giác ngộ, tự nhiên sẽ dẹp tham sân si

Bàng Cư Sĩ viết:

Đế quan Tứ Đại bản không, 谛现四大本空，
Phiền não hà xứ an cước? 烦恼何处安脚。
Nhìn xem Tứ Đại vốn không
Phiền não đặt chân chỗ nào?

Triều Văn Nguyên nói:

Thân đồng mộng ảo phi chân hữu, 身同梦幻非真有，
Sự tỉ phong vân bất cửu lưu. 事比风云不久留。
Ký năng động đạt tu cương đoạn, 既能洞达须刚断，
Phiền não ma không quá tức hưu. 烦恼魔空过即休。
Thân như mộng ảo không có thật,
Sự như phong vân không bền lâu.
Hiểu được điều này, phải cắt đứt mọi sự,
Phiền não ma vốn là không, thế là xong.

Trương Tử Dương nói:

Khả vị Đạo cao Long Hổ phục, 可谓道高龙虎伏，
Khâm ngôn đức trọng quỉ thần khâm. 堪言德重鬼神饮。
Dĩ tri thọ vĩnh tề Thiên Địa, 已知寿永齐天地，
Phiền não vô do cánh thượng tâm. 烦恼无由更上心。
Nếu Đạo cao, khiến Rồng, Hổ phục,
Nếu Đức trọng khiến Quỉ Thần nể.
Nếu biết mình thọ cùng Trời Đất,
Thì đâu còn để tâm đến phiền não?

Lục Tổ Đàn Kinh viết:

Phàm phu tức Phật, 凡夫即佛，
Phiền não tức Bồ Đề. 烦恼即菩提。
Tiểu niệm mê tức phàm phu, 前念迷即凡夫，
Hậu niệm ngộ tức Phật. 后念悟即佛。
Tiểu niệm trước cảnh tức Phiền Não, 前念着境即烦恼，
Hậu niệm ly cảnh tức Bồ Đề, 后念离境即菩提。
Phàm phu tức là Phật,
Phiền não tức Bồ Đề.
Niệm trước còn mê là phàm phu,
Niệm sau đã ngộ tức phật,
Niệm trước còn vướng cảnh là Phàm Phu,
Niệm sau thoát cảnh là Bồ Đề (Đắc Đạo).

Sách Anh Lạc Kinh nói: "*Phật nói: Ta từ trước đến nay, không được phép nào, chỉ cần Định Ý. Bắt đầu biết thế nào là Vô Niệm. Người biết Vô Niệm, sẽ thấy tất cả là vô hình. Do đó ta thành Chánh Chân chi Đạo.*"

Lại nói: "*Thế gian không thể thành đạo, không thoát sinh tử, chính là vì có vọng niệm, nên suy bậy, nghĩ bạ, thành ra bị Luân Hồi.*"

Khi vọng niệm khởi, thì đó là Sinh Diệt, khi vọng niệm ngừng, thì đó là Chân Nguyên. Cho nên đạo Lão lấy Chỉ Niệm làm căn bản, đạo Phật lấy Vô Niệm làm tông chỉ. Vô Niệm là không có Tà Niệm, chứ không phải là không có Chánh Niệm. Niệm có hữu vô, thì là Tà Niệm. Không nghĩ tới hữu vô là Chính Niệm. Niệm mà có Thiện Ác thì là Tà Niệm, không nghĩ đến Thiện Ác thì là Chính Niệm.

Đến như khổ lạc, sinh diệt, oan nghiệp, tăng ái, v.v. tất cả là Tà Niệm. Không nghĩ đến Khổ Lạc thì gọi là Chính Niệm. Việc đến mà không đón chờ, tất cả đều Vô Tâm, thì là Vô Niệm. Niệm mà Vô Niệm thì là Chính Niệm.

Phật Kinh nói: "*Thiện nam tử, khi các bạn ở trong cảnh giới Vô Niệm. Được như vậy, thì 32 tưởng Kim sắc, sẽ phóng đại quang minh, chiếu trong Vô Dư Thế giới.*"

Cao Phong Thiền Sư nói:

Tư thị thụ nhất sinh thành Phật chi công, 慈氏受一生成佛之功，
Bất xuất nhất niệm vô sinh tính hải. 不出一念无生性海。
Thọ nhận một kiếp người là công của Phật,
Không siêu xuất Nhất niệm Bất sinh của Tính Hải.

Trí Thường Thiền Sư nói:

Chân Như vô niệm, 真如无念。
Phi niệm Pháp năng giai. 非念法能阶
Thật tướng vô sinh, 实相无生
Khởi sinh tâm năng chí. 岂生心能至
Vô niệm niệm giả, 无念念者，
Tức niệm Chân Như. 即念真如；
Vô sinh sinh giả, 无生生者，
Sinh hồ thực tướng. 生乎实相。
Chân như là Vô Niệm, Niệm Pháp không giới hạn được nó.
Thật Tướng không sinh, Tâm sinh sao đạt tới,
Vô niệm là Chân Như, Vô sinh là Thực Tướng.

Lý Chí Tài nói:

Niệm chi Thiên Lý tắc minh nguyệt chi đương không. 念之天理则明月之当空，
Niệm chi Nhân dục tắc phù vân chi tế nhật. 念之人欲则浮云之蔽日。
Niệm về Thiên Lý, thì như trăng sáng giữa trời,
Niệm về Nhân Dục, thì như mây che mặt trời.

Hàn Sơn Tử nói:

Tuyền Kiền, đảo Nhạc, trấn thường tĩnh, 旋乾倒岳镇常静，
Nhất niệm vạn niên vĩnh bất di. 一念万年永不移。
Xoay Trời, chuyển Núi, ngăn tà niệm,
Giữ lòng tĩnh lặng, muôn năm chẳng thay.

Thiên Ấn Tử nói:

Bất đổ, bất văn tồn giác tính, 不睹不闻存觉性，
Vô tư, vô niệm, dưỡng thai tiên. 无思无念养胎仙。
Chẳng nhìn, chẳng nghe, giữ nguyên Giác Tính,
Không nghĩ, không suy, dưỡng thai tiên.

Báo Tích Kinh viết: Bồ tát an trụ trong niệm Vô Sở Trụ. Chẳng nghĩ, chẳng quên, thế là Niệm An Trụ. Đó là Pháp Giới.

Cái biết đó, là do Phật, Tổ, Thánh Tiên biết Tức Tâm. Chỉ Niệm mà được diệu Đạo.

Cho nên sách Thượng Thư nói: Duy cuồng khắc niệm tác thánh 唯狂克念作圣 *(Chỉ có khắc chế được tạp niệm là thành Thánh Hiền).*

Và khắc chế tạp niệm là một công trình hết sức thực tiễn, chính bản thân mình phải ra công đóng góp mới có tiến bộ. Nếu không thì Vừng Thái Hư kia, con đường tới nó rất xa, thiếu một bước là không thể tới được. Người xưa nói: Công phu như vậy, là chưa đến đến chốn. Công phu mà đạt tới cực điểm, thì sẽ nhập vào Vô Niệm. Khi vào được Chân Thường Vô Niệm, thì Huyền Khung Anh Nhi sẽ tịch nhiên không còn sợ bị nhiễu loạn nữa.

Lưu Hư Cốc nói:

Đại Công nhược tựu tam thiên nhật, 大功若就三千日，
Diệu dụng vô khuy thập nhị thời. 妙用无亏十二时。
Công phu tuy là 3.000 ngày,
Nhưng diệu dụng không qua 12 giờ.

Trần Triêu Nguyên nói:

Hàm dưỡng bào thai tu thập nguyệt, 含养胞胎须十月，
Dục anh nhũ bộ yếu thiên triêu. 育婴乳哺要千朝。
Nuôi nấng Anh Nhi cần mười tháng,
Anh Nhi bú mớm mất nghìn ngày.

Nê Hoàn Ông nói:

Phiến hướng công phu tu tiện hiện, 片响工夫修便现，
Lão thành tu thị quá tam niên. 老成须是过三年。
Muốn cho công phu được thực hiện,
Lão thành cũng mất quá ba năm.

Ba năm công phu đã hoàn thành, ôn dưỡng cũng đã xong, chính vì thế sách Ngộ Chân nói:

Nhất sát hỏa diệm phi, 一霎火焰飞，
Chân Nhân tự xuất hiện. 真人自出现。
Phút chốc lửa phừng bay,
Chân Nhân liền xuất hiện.

Chân Nhân đã hiện, do tự Thái Huyền (Đơn Điền) lên tới Thiên Cốc (Thượng Đơn Điền), thế là công phu Minh Tâm Hỏa Diệt, thế là sẽ thông linh biến hóa. Lưu Hải Thiền nói:

Quái hành, Hỏa hậu Chu thiên tất, 卦行火侯周天毕，
Dựng cá Anh Nhi trấn Hạ Điền, 孕个婴儿镇下田。
Tích lịch nhất thanh tòng Địa khởi, 霹雳一声从地起，
Kiền hộ phách khai quang vạn lý, 乾户肇开光万里。
Phiên thân tràng xuất Thái Huyền quang, 翻身推出太玄光，
Giá hồi phương thị Chân Tiên tử. 这回方是真仙子。
Dùng quẻ để vận chuyển tuần hoàn chân khí,
Nuôi nấng Anh Nhi dưới Đơn điền,
Một tiếng nổ vang từ đất phát,
Cửa Trời rộng mở phóng hào quang,
Chuyển mình thấy được huyền quang hiện,
Như vậy là nhìn thấy Chân Tiên.

真空煉形圖

笑人一氣相呼吸
以法追來煉形質
竅竅玲瓏五蘊空
霞光萬道連天碧

真空煉形法
五蘊空非空
非以空五蘊
五蘊悉皆空

CHÂN KHÔNG LUYỆN HÌNH ĐỒ - 真空炼形图

(Nội dung trong đồ hình)

Tiếu Nhân nhất khí tương hô hấp, 笑人一气相呼吸
Dĩ pháp truy lai luyện hình chất. 以法追来炼形质
Khiếu khiếu linh lung ngũ uẩn không, 窍窍玲珑五蕴空
Hà quang vạn Đạo liên Thiên bích. 霞光万道连天碧

Trời người hô hấp giống in nhau,
Chỉ dùng một phép dùng hình chất.
Suy ra ngũ uẩn vốn là không.
Ánh sáng muôn trùng soi Trời Đất.

Chân không luyện hình pháp, 真空炼形法
Ngũ uẩn không phi không, 五蕴空非空
Phi dĩ không ngũ uẩn, 非以空五蕴
Ngũ uẩn tất giai không. 五蕴悉皆空

Chân không phép luyện hình,
Ngũ uẩn vốn chẳng không.
Tu cho ngũ uẩn không còn vết,
Ngũ uẩn rồi ra cũng là không.

*

* *

LUYỆN HÌNH

炼形

Sách Phổ Chiến Phật tâm nói:

Tị đoan hữu bạch ngã kì quan, 异端有白我其观，
Khước thán nhân tùng ung lý bàn. 却叹人从瓮里盘。
Tối thượng nhất thừa hàm súc viễn, 最上一乘含蓄远，
Hảo tùng huyền khiếu mịch thiên khoan. 好从玄窍觅天宽。

Ta quan sát điểm trắng nơi đầu mũi
Khen kẻ trong lu khiến lu quay.
Tối thượng nhất thừa cao siêu thế,
Nên theo Huyền Khiếu kiếm trời cao.

Cho nên phép luyện hình theo Chân Không cũng giống như người vần lu nước. Nếu vần từ bên trong thì làm sao lu chuyển được cho nên phải vần từ bên ngoài. Cho nên vần lu từ bên ngoài thì nhà Phật gọi là Hư Không ngoài thân ta vậy. Lão Tử thì gọi là:

Ngoại kỳ thân nhi thân tu, 外其身而身修，
Vong kỳ hình nhi hình tồn. 忘其形而形存。

Ở ngoài thân nên thân tu,
Quên mất hình nên hình còn.

Tiết Đạo Quang nói:

Nhược nhân không thử ảo hóa thân　若人空此幻化身，

Thân thụ thánh sư chân quỹ tắc.　亲授圣师真轨则。

Nếu người coi được cái thân ảo hóa mình là Không,

Thì đã biết được đường lối chính xác của thánh nhân.

Trương Toàn Nhất nói:

Thái hư thị ngã, Tiên không kỳ thân, kỳ thân ký không, Thiên địa diệc không. Thiên địa ký không, Thái Không diệc không, Không vô sở không, nãi thị chân không.

太虚是我, 先空其身。其身既空, 天地亦空。

天地既空, 太空亦空。空无所空, 乃是真空。

Thái hư là ta, cần coi mình là không. Thân này đã không, thì thiên địa cũng không. Thiên địa đã không, thì Thái không cũng là không, không vô sở không, đó là Chân Không.

Thanh Tĩnh Kinh viết:

Nội quan kỳ tâm,　内观其心，

Tâm vô kỳ tâm,　心无其心。

Ngoại quan kỳ hình　外观其形，

Hình vô kỳ hình.　形无其形。

Nhìn vào trong tâm,

Tâm không có tâm.

Nhìn ra ngoài hình,

Hình không có hình.

Hình không có hình là Thần Không vậy. Tâm Không có tâm là tâm không vậy. Tâm Không vô ngại thì thần càng luyện càng linh. Thần Không vô ngại thì hình càng luyện càng thanh. Luyện cho tới hình và thần dung hợp với nhau, thân và tâm hợp nhất, thì mới gọi là Hình Thần Câu Diệu và Dữ Đạo Hợp Chân vậy.

Cổ tiên nói: Hình dĩ Đạo toàn, Mệnh dĩ thuật diên 形以道全，命以术延。(*Hình nhờ Đạo mới nên toàn vẹn, Mệnh nhờ Thuật mới sống lâu*).

Thuật đó là ăn trộm Nguyên Khí vô cùng, để bổ sung cho cái thân hình hữu hạn.

Vô Nhai chi Nguyên Khí, đó là Âm Dương trường sinh Chân Tinh của Trời Đất, là Khí của Linh Phụ, Thánh Mẫu.

Hữu hạn chi hình khu, đó là Âm Dương đoản súc trọc loạn của Cha Mẹ phàm phu.

Cho nên dùng khí của Linh Phụ Linh Mẫu để biến cái phàm thân của cha mẹ phàm tục, thành cái thân Thuần Dương Chân Tinh, thế là Thọ cùng Trời Đất vậy.

Tôn Đà La tôn giả nói: "Đức Thế Tôn dạy ta phải nhìn thấy đầu mũi trắng, ta bắt đầu nhìn, qua 21 ngày. Thấy khí trong mũi, vào ra như khói. Trong lòng trong sáng, hết sức Hư Tĩnh, y như lưu ly. Khói dần dần tiêu, hơi thở thành trắng, tâm được mở ra, hết còn phiền não. Hơi thở vào ra, trở nên trong sáng, chiếu soi mười phương, thành A La Hán."

Chu Nguyên Hối nói: Tị đoan hữu bạch, ngã kì quán chi. 鼻端有白, 我其观之。"*Mũi thở hơi trắng, ta đã nhìn thấy.*"

Mạc Nhận Chân Nhân nói:

Bình sinh tư vận, ái phong lưu,　平生姿韵爱风流，

Kỷ tiếu thời nhân hướng ngoại cầu　几笑时人向外求。

Vạn biệt Thiên sai, vô mịch xứ　　万别千差无觅处，
Đắc lai nguyên tại tỵ đoan đầu.　　得来原在鼻端头。
Phong thái bình sinh thích phong lưu,
Cười người chỉ biết Hướng Ngoại cầu.
Thiên sai vạn biệt cầu đâu thấy,
Muốn thấy chung qui tại tỵ đầu.

Phàm con người trước khi sinh, thở ra, thở vào, thông khí với mẹ. Con người khi đã sinh ra, thở ra, thở vào, thông khí với trời. Trời, Người cùng một khí, lưu thông với nhau, tương thôn, tương thổ, như thể kéo cưa. Trời cho, ta lấy. Dược khí, làm cho khí thịnh là sống. Trời cho rồi lại lấy lại. Mất khí rồi tuyệt khí là chết. Cho nên thánh nhân, xem xét đạo Trời, xem Trời vận hành. Khi mặt Trời chưa lên khỏi Dương Cốc, thì ngưng thần, tọa tĩnh, hư tâm mà chờ. Trong buông mọi niệm, ngoài xả vạn duyên, quên Trời, quên Đất, nghiền nát hình hài. Tự nhiên từ trong Thái Hư có một điểm Chân Dương, như móc, như điện, ùn ùn nhập vào Huyền Môn, xuống Trường Cốc rồi lên thẳng Nê Hoàn, hóa thành Cam Lộ nhập vào ngũ tạng. Ta phải dùng Tốn Phong (Vũ Hỏa) mà tiếp ứng nó, để nó trừ diệt khí tà nơi Tam Quan[183], Cửu Khiếu, quét sạch trần cấu nơi ngũ tạng, luyện khí chất, đốt sạch trược thể, đuổi sạch uế khí trong thân, biến hóa thân mình thành Thuần Dương chi thể. Lũy tích trường cửu sẽ hóa hình thành Tiên.

Trần Túy Hư nói:

Thấu thể Kim Quang, tủy cốt hương.　　透体金光髓骨香，
Kim cân, ngọc cốt tận thuần dương,　　金筋玉骨尽纯阳。
Luyện giao xích huyết lưu vi bạch,　　炼教赤血流为白，
Âm khí tiêu ma thân tự khang,　　阴气消磨身自康。
Toàn thân rực rỡ, cốt tủy thơm,
Cốt ngọc, gân vàng, biến thuần dương.
Luyện cho máu đỏ nên màu trắng
Âm khí tiêu trừ, thân an khang.

Khưu Trường Xuân nói:

Đãn năng tức tức thường tương cố,　　但能息息常相顾，
Hoán tận hình hài, ngọc dịch lưu.　　换尽形骸玉液流。
Chỉ cần để ý từng hơi thở,
Thay đổi hình hài, ngọc dịch lưu.

Trương Tử Dương nói:

Thiên Nhân nhất khí bản tương đồng,　　天人一气本相同，
Vi hữu hình hài ngại bất thông.　　为有形骸碍不通。
Luyện đáo thần hình minh hợp xứ,　　炼到形神冥合处，
Phương tri sắc căn tức Chân Không.　　方知色根即真空。
Thiên nhân nhất khí vốn tương đồng,
Chỉ vị hình hài, ngăn chẳng thông.
Luyện tới thần hình hòa hợp lại,
Mới hay Căn Sắc tức Chân Không.

[183] Tam Quan là Vĩ Lư, Giáp tích, Ngọc Chẩm

Tiết Hạ Mệnh nói:

Bất tri tương vị khí, 不知将谓气，
Đắc hậu tự nhiên Chân. 得后自然真。
Không hiểu Khí ra sao,
Sau biết tự nhiên Chân.

Đổng Hán Thuần nói:

Kim dụng khoáng tiêu 金用矿消，
Hình do khí luyện. 形由炁炼。
Kim thuần khoáng hết,
Hình đổi do Khí luyện.

Luyện Hình có 6 môn:

1. Ngọc Dịch luyện hình 玉液炼形，
2. Kim Dịch luyện hình 金液炼形
3. Thái Dương luyện hình 太阴炼形
4. Thái Âm luyện hình 太阳炼形
5. Nội quan luyện hình 内观炼形。

Năm môn trên chưa phải là Hư Vô đại đạo, không thể giúp ta Dữ Thái Hư Đồng Thể. Chỉ có khẩu quyết sau đây gọi là:

6. Chân không luyện hình 真空炼形

Tuy là Hữu tác, nhưng chính thật Vô Vi, tuy là luyện Hình, nhưng chính là luyện Thần. Thế là vừa Tu ngoại vừa kiêm Tu nội vậy.

Theo thế mà tu luyện, sau 100 ngày thì Thất Phách sẽ vong hình, Tam Thi sẽ tuyệt tích, lục tặc (sắc, thanh, hương, vị, xúc, pháp) sẽ tiềm tàng, thập ma (như phiền não ma, tâm ma, tử ma v.v... Đạo gia gọi thế là ảo giác như Mỹ cảnh, phú quí, Ân ái v.v...) sẽ ẩn trốn xa.

Tu 1.000 ngày, thân tứ đại sẽ sáng như thủy tinh, trong ngoài sẽ linh lung, nội ngoại sẽ động triệt, tâm hoa xán lạn, Linh Quang hiện hiện.

Linh Quang là Tuệ Quang vậy. Nên nói: Tuệ quang sinh, xứ, giác hoa khai 慧光生处觉花开 (*Nơi Tuệ Quang sinh, giác hoa sẽ nở ra*). Có Tuệ Quang Giác Hoa, nếu không nhờ Luyện Hình nhập vi, dữ Đạo minh Nhất, thì không được như vậy.

Cho nên Sinh Thần Kinh viết: “Thân hình hợp nhất, thì gọi là Chân Thân. Thân cùng Thần hợp, hình sẽ tùy Đạo thông. Lúc ẩn thì hình vững cùng Thần, lúc hiển thì Thần hợp với Khí. Cho nên vào nước lửa như không, ra mặt trời mặt trăng, không thấy bóng. Quên được mình, nên ra vào không chi ngăn trở. Hoặc sống tại thế, hoặc thoát chất thành tiên. Có người ban ngày bỏ xác, như Hoàng Đế, có người trú thân nơi trần thế như Bành Tổ. Có người thụ được Mệnh Trời, sống tại thế gian với một Thiên Chức, như Trương Thiên Sư, có người không bệnh mà chết, như Vương Trùng Dương; có người làm quan như Đông Phương Sóc. Đến như Lão Tử làm quan Trụ Sử, Tân Biền làm Đại Phu, Doãn Hỉ làm Quan Lệnh, Bá Cơ làm Khanh Sĩ, Dương Điển ẩn cư trên núi Tỉ, Tử Hưu quản lý Tất Viên, Trương Lương giúp Hán Cao Tổ, Tứ Hạo giúp Huệ Đế, Cửu Sinh phò nhà Ân, Phụ Quang giúp nhà Hán, Mã Đơn giúp nhà Tấn, Hải Thiềm giúp Yên, Chính Dương từ quan, Thuần Dương ứng cử, Thường Hữu cầm roi, Cầm Cao cầm hốt, thật là nhiều vô số kể.

Ôi! Các vị Thần Tiên trên ẩn hiện, khứ lưu, phàm phu sao mà đoán định được? Như Liệt Tử cưỡi gió, như Đạt Ma vượt sông trên ngọn vi lô, nếu thân xác không luyện đến mức tinh vi, thì làm sao người nhẹ được như vậy?

Cái thuật Hình Thần câu diệu như vậy, nếu không biết phép Tọa Thoát Lập Vong, Trạm Trước Tử Vong (Thi Giải, Nguyên Thần thoát xác), thì con người không hiểu nổi, và sẽ đi vào lỗi lầm Phao Thân Nhập Thân mà thôi.

Cho nên học Tiên Phật không phải là chuyên lo luyện Thần không, mà còn phải luyện hình, nếu không sẽ trở thành một loại ma quỉ biết Thanh Linh Thiện Hóa mà thôi, không thể sánh được với các vị Cao Tiên vậy.

Đại để phép Luyện Hình là không phân bỉ thử, tuy tại hai nơi phát minh, nhưng đạo lý chỉ có một:

Nội ngoại kiêm tu, Bất tương vi bối 内外兼修, 不相违背。

(*Nội ngoại song tu, không trái ngược nhau*).

Công phu mười tháng, sẽ ly khai được Nhân Thế, tự nhiên Ngôn Ngữ, và Tâm Tư mình sẽ khác với người. Năng Sở sẽ cùng quên, Sắc Không sẽ cùng mất, sẽ hết chướng ngại, hết bợn nhơ. Thân sẽ như chim Hồng, bay bổng lên không còn bị giam giữ. Lòng sẽ như bông sen, không nhuốm nước, rạng rạng, rỡ rỡ, tiêu tiêu, sái sái, thành một con người Vô Sự, Vô Vi, tiêu dao tự tại.

Lúc này Anh Nhi đã lộ nguyên hình, với người không khác. Càng ngày càng phải Hàm Hoa Ẩn Dược. Trấn Tĩnh Tâm Điền. Nếu thấy vui mừng đó là Ma Cảnh.

Như Trần Nê Hoàn nói:

Ngã tích công phu, hành nhất niên, 我昔功夫行一年，
Lục mạch dĩ tức khí qui nguyên. 六脉已息气归源。
Hữu cá Anh Nhi tại Đan Điền, 有个婴儿在丹田，
Dữ Ngã hình mạo diệc như nhiên. 与我形貌亦如然。
Ta luyện công phu đã một năm,
Lục mạch đều hòa Khí qui nguyên.
Có một Anh Nhi tại Đan Điền,
Hình dạng như ta cũng y nhiên.

Anh Nhi đã lớn, không ở trong Huyệt nữa tự nhiên sẽ bay lên đầu, phá huyệt mà ra. Thế gọi là Thoát Ly Khổ Hải mà vào Bỉ Ngạn vậy.

Vĩnh Minh Thọ Thiền sư nói:

Thân tại khổ Hải Trung, 身在苦海中，
Lại thử Thiết La Hán. 赖此铁罗汉。
Khổ hải ký thoát ly, 苦海既脱离，
Xá phiệt đăng bỉ ngạn. 舍筏登彼岸。
Thân còn trong khổ hải, Phải nương cái Thân này.
Khổ Hải đà thoát ly, Bỏ bè sang Bỉ Ngạn.

Ngô Trần Chân Nhân nói:

Thử ngạn Ba Đào dĩ thoát ly, 此岸波涛已脱离，
Đáo Bỉ phương tri thọ khả tê. 到彼方知寿可跻。
Nhất đắc qui lai, nghi vĩnh đắc, 一得归来宜永得，
Độ hà phiệt tử thượng Thiên Thê 渡河筏子上天梯。
Bờ nọ ba đào đã thoát ly
Bờ kia đã tới, thọ khả qui
Một khi đã được là được mãi,
Cưỡi bè ấy chính lên Trời vậy.

圖海苦離脫

恍業津顯濟誰愛苦
攝障渠慈沉施河海
入心悉航淪那間中
如颺脫昭無慈黑業
來颺衆靈邊悲忙身
藏意生貺無慧忙濟
恍諸現量光漾茫

THOÁT LY KHỔ HẢI ĐỒ - 脱离苦海图

(Nội dung trong đồ hình)

Khổ Hải trung nghiệp thân tế mang,	苦海中业身济茫
Ái hà gian hắc mang mang dạng.	爱河间黑忙忙漾
Thùy thi na từ bi Tuệ Quang,	谁施那慈悲慧光
Tế trầm luân vô biên, vô lượng.	济沉沦无边无量
Hiển từ hàng chiếu linh huống hiện,	显慈航昭灵贶现
Tân cừ tất thoát chúng sinh chư nghiệp chướng.	津渠悉脱众生诸业障
Tâm dương dương, ý hoảng hoảng,	心飏飏意恍恍
Nhiếp nhập Như Lai tạng.	摄入如来藏

Trong biển khổ, thủy nghiệp mang mang,
Sông Ái Hà nước cũng đen đen.
Ai đem từ bi Tuệ Quang,
Cứu độ trầm luân vô biên, vô lượng.
Thuyền Từ chiếu ánh sáng thần linh khắp mọi nơi,
Bến đó cứu thoát chúng sinh chư nghiệp chướng.
Lòng khinh phiêu. Ý đãng đãng,
Bị hút vào Như Lai tạng.

端拱冥心圖

未到彼岸不能無法
既至彼岸又焉用法
頂中常放白毫光
痴人猶待問菩薩

元君端拱坐玄都
三疊胎仙舞八隅
變化純颺天地合
長生因此妙工夫

遺照於外
宅神於內
冥心至趣
而與吉會

無心於事
無事於心
超出萬幻
確然一靈

ĐOAN CỦNG MINH TÂM ĐỒ-图心冥拱端

(Nội dung trong đồ hình)

Vị đáo bỉ ngạn bất năng vô pháp, 未到彼岸不能无法
Ký chí bỉ ngạn hựu yên dụng pháp. 既至彼岸又焉用法
Đỉnh trung thường phóng bạch hào quang, 顶中常放白毫光
Si nhân do đãi vấn Bồ Tát. 痴人犹待问菩萨
Chưa sang Bỉ Ngạn cần thủ thuật,
Tới Bỉ Ngạn rồi, pháp cần chi.
Trên đầu thường phóng bạch Hào Quang,
Người ngu còn đợi hỏi Bồ Tát.

Nguyên quân đoan củng tọa huyền đô, 元君端拱坐玄都
Tam điệp thai tiên vũ bát ngung. 三叠胎仙舞八隅
Biến Hóa thuần dương thiên địa hợp. 变化纯杨天地合
Trường sinh nhân thử diệu công phu. 长生因此妙工夫
Nguyên Thần ngay ngắn ngự Cốc Thần,
Chư tiên múa hát đứng chầu quanh.
Chân Thể thuần dương thiên địa hợp,
Trường sinh nhờ thế trọn công phu.

Di chiếu ư ngoại, 遗照於外
Trạch thần ư nội, 宅神於内
Minh Tâm chí thú, 冥心至趣
Nhi dữ cát hội. 而与吉会
Quên hình bên ngoài,
Thần cư Tâm nội,
Tiềm Tâm diệu cảnh,
Hợp với Cát tường.

Vô tâm ư sự, 无心於事
Vô sự ư tâm. 无事於心
Siêu xuất vạn ảo, 超出万幻
Xác nhiên nhất linh. 确然一灵
Tâm không vương sự,
Sự chẳng bận tâm,
Siêu xuất vọng tưởng,
Ấy thật Thần Linh.

DI THẦN NỘI VIỆN ĐOAN CỦNG MINH TÂM
移神内院端拱冥心

Mới đầu thì dùng hữu vi, hữu tác, thái dược kết đơn để Liêu Mệnh. Sau thì dùng Vô tác, Vô vi, bão nhất minh tâm để Liễu Tính.

Ngộ Chân Thiên nói:

Thủy vu hữu tác, nhân chẩm giác, 始于有作人怎觉，
Cập chí Vô Vi chúng thủy tri. 及至无为众始知。
Đãn kiến Vô Vi vi diệu Đạo, 但见无为为妙道，
Bất tri hữu tác thị căn ki. 不知有作是根基。
Thoạt đầu hữu tác người không biết,
Khi tới Vô Vi chúng mới hay.
Chỉ biết Vô Vi là diệu đạo,
Nào hay Hữu tác ấy căn ki.

Chứng Đạo Ca viết:

Đáo Vô Vi xứ, bất Vô Vi, 到无为处不无为，
Phương tri ngô đạo thị Hi Di. 方知吾道是希夷。
Đến được Vô Vi, chẳng Vô Vi,
Mới hiểu Đạo Ta thật Diệu Vi.

Nay kẻ phàm phu tu tại gia, hay kẻ ngoại đạo xuất gia, chỉ biết đạo lý phía này, mà không biết cảnh giới bên kia, chỉ biết cái hay phía này, mà không biết điều huyền diệu của bờ kia, chỉ biết Vô sự mà không biết những sự hi hữu. Chỉ biết Vô Vi mà không biết Hữu Vi, thế là chỉ biết một mà chẳng biết hai, chỉ biết Tu Tính mà không biết Tu Mệnh.

Cho nên, khi chưa thành Đạo, nếu không biết Hữu Vi Hạ Học, thì sẽ rơi vào không, thế là Người lạc vào Không. Khi Đạo đã thành, mà không lên tới được Vô Vi mà vẫn chấp Tướng, thì gọi là *Thủ Thi Quỉ* 守尸鬼.

Thạch Hạnh Lâm nói:

Hữu vật phi vô vật. 有物非无物，
Vô vi hợp hữu vi. 无为合有为。
Hữu vật khôngVô Vật.
Vô Vi hợp Hữu Vi.

Trần Nê Hoàn nói:

Ngã văn tiền đại chư thánh sư. 我闻前代诸圣师，
Vô vi chi trung Vô Bất Vi. 无为之中无不为。
Ta nghe chư thánh các đời trước.
Sinh cả Vô Vi lẫn Hữu Vi.

Âm Trường Sinh nói:

Vô vi Chân Nhân cư thượng giới, 无为真人居上界，
Không tịch cánh vô trần khả ngại, 空寂更无尘可碍。
Hữu vi công tựu hựu Vô Vi, 有为功就又无为，
Vô vi dã hữu công phu tại. 无为也有功夫在。

Vô Vi Chân Nhân sống trên Trời (Nê Hoàn),
Hư vô, không tịch, thoát trần ai,
Trước khi thành đạo đã Hữu Vi,
Thành đạo xong rồi mới Vô Vi.

Nói rằng Chân Nhân cư tại thượng, tức là nói Anh Nhi đã Xuất Ly Khổ Hải, lên được đỉnh đầu, không tịch minh tâm, tức như Lữ Tổ nói: Hướng Hối An Tức, Minh Tâm Hợp Đạo vậy.

Thi Kiên Ngô nói:

Đạt Ma diện bích cửu niên, 达摩面壁九年，
Phương siêu nội viện. 方超内院。
Thế Tôn minh tâm lục tải, 世尊冥心六载，
Thủy thoát phàn lung. 始脱樊笼。
Đạt Ma nhìn vách chín năm,
Anh Nhi mới lên được Nê Hoàn.
Phật Tổ tĩnh định sáu năm,
Mới thoát vòng kiềm tỏa vật chất.

Minh Tâm là: Thâm cư tĩnh thất, đoan củng mặc nhiên. Không bợn trần ai, không còn lo lắng, vi tư vô vi, nhiệm vận tự như, không thấy, không nghe, bão thần dĩ tĩnh, không trong không ngoài, ly tướng, ly không, ly mê. ly vọng, thể hàm hư tịch, thường giác, thường minh.

Chỉ cần minh tâm, vạn pháp sẽ qui nhất. Anh Nhi sẽ an cư trong cảnh Thanh Linh, đậu nơi Bất động chi trường. Sắc không là nó trở ngại, Không không trói buộc được nó. Nó trở thành Không Hư anh nhiên tự tại.

Cho nên Đạt Quan Đại Sư nói:

Sắc bất phược hề, không bất ngại, 色不缚兮空不碍，
Yến tức minh tâm quan tự tại. 宴息冥心观自在。
Đại thiên, vạn hựu tông quy vô, 大千万有总归无，
Thế giới hoại thời, cừ bất hoại. 世界坏时渠不坏。
Sắc không làm vướng, Không không trở ngại.
Lặng lẽ tâm yên quan tự tại.
Vạn Hữu trăm nghìn, điều qui Vô,
Thế giới tan đi, nó chẳng tan.

Đàm Tường Chân Nhân nói:

Anh Nhi di tại Thượng Đan Điền, 婴儿移在上丹田，
Đoan củng minh tâm hợp tự nhiên, 端拱冥心合自然。
Tu đáo tam thiên công hành mãn, 修到三千功行满，
Bằng tha tác Phật dữ thăng tiên. 凭他作佛与升仙。
Anh Nhi lên ở Thượng Đan Điền,
Sẽ ngồi ngay ngắn hợp tự nhiên,
Tu tới 3.000 công hành mãn,
Tùy nghi làm Phật hoặc làm Tiên.

Khi công phu đã đạt đến chỗ Thuần Nhất Bất Nhiệm, sẽ không được vương chút ti hào tạp niệm. Ví như chỉ muốn thành Tiên, thành Phật, thì sẽ sa vào vòng sinh tử, không ra khỏi nổi.

Quan Doãn Tử nói:

Nhược hữu yếm sinh tử tâm, 若有厌生死心，
Siêu sinh tử tâm, 超生死心，
Chỉ danh vi yêu, 止名为妖，
Bất danh vi Đạo 不名为道。
Nếu sinh Tâm chán sinh tử,
Muốn thoát sinh tử,
Thế gọi là Yêu (Yêu ma),
Không gọi là đạo.

Vốn trong thể Thanh Tịnh, thời Không Không, Đãng Đãng, rực rỡ, chói chang, không có cái gì, không trụ vào đâu.

Cho nên sách Tâm Yếu Quyết nói:

Minh Tâm bản hồ Vô Trụ, 冥心本乎无住
Vô Trụ Tâm Thể, 无住心体
Viên Dung bất trắc. 圆融不测。
Minh Tâm vốn không dựa vào đâu,
Tâm không dựa vào đâu,
Sẽ viên dung khôn lường.

Kinh Kim Cương cũng nói: Bất ưng trụ sắc sinh tâm, Bất ưng trụ thanh, hương, vị, xúc, pháp sinh tâm. Ưng Sinh Vô Sở Trụ tâm. 不应住色生心, 不应住声、香、味、触法, 生心应生无所住心。(*Không nên trụ vào sắc mà sinh tâm. Không nên trụ vào thanh, hương, vị, xúc, pháp mà sinh tâm. Phải sinh Tâm không dựa vào đâu*)

Kim Cang Tề Bồ Tát nói:

Ngã bất y hữu trụ nhi trụ, 我不依有住而住，
Bất y vô trụ nhi trụ, 不依无住而住，
Như thị nhi trụ 如是而住。
Ta không tìm nơi có chỗ dựa nương mà dựa,
Không tìm nơi không chỗ dựa nương mà dựa.
Cứ thế mà Trụ.

Tăng Triệu nói:

Thánh Nhân chi tâm trụ, 圣人之心住
Vô sở trụ kỳ trụ. 无所住其住
Tâm của Thánh Nhân Trụ,
Là không trụ vào đâu.

Sinh Vong Luận viết: Bất y nhất pháp, nhi tâm thường trụ. 不依一法, 而心常住。(*Không dựa vào pháp nào, nên Tâm mới thường trụ)*

Liêu Tâm kinh nói:

Tâm vô sở trụ, 心无所住，
Trụ vô sở tâm, 住无所心，
Liêu vô chấp trước, 了无执着，
Vô trụ chuyển Chân. 无住转真。

Nhất thiết pháp dĩ vô trụ vi bản.
Dựa chẳng có Tâm.
Không còn chấp trước,
Vô trụ chuyển thành Chân.

Tịnh Danh Kinh nói:

Nhất thiết pháp dĩ vô trụ vi bản,	一切法以无住为本，
An trụ Vô Vi,	安住无为，
Danh chi vi trụ,	名之为住，
Trụ vô phương sở,	住无方所，
Cố danh vô trụ,	故名无住。
Vô trụ tâm giả,	无住心者，
Thị vi Chân Tâm.	是为真心。

Nhất thiết pháp lấy Vô Trụ làm gốc,
An trụ trong Vô Vi.
Thế gọi là Trụ,
Chẳng dựa vào đâu,
Nên gọi là Vô Trụ.
Tâm mà Vô Trụ,
Thì gọi Chân Tâm.

Thiền Nguyên Tập viết:

Ngôn Tâm giả, Thị Tâm chi danh,	言心者是心之名，
Ngôn Tri giả, Thị tâm chi thể.	言知者是心之体。

Lời là tên của tâm.
Biết là bản thể của Tâm.

Hà Trạch nói:

Tâm thể năng tri,	心体能知，
Tri tức thị Tâm.	知即是心，
Tâm không bản tịch,	心空本寂，
Chí Hư chí Linh,	至虚至灵。
Do không tịch hư linh nhi tri giả,	由空寂虚灵而知者，
Tiên tri dã,	先知也
Do không tịch hư linh nhi giác dã,	由空寂虚灵而觉者，
Tiên giác dã,	先觉也。
Bất lự nhi giác giả,	不虑而觉者，
Vị chi chính giác,	谓之正觉。
Bất tư nhi tri giả,	不思而知者，
Vị chi Chân Tri.	谓之真知。

Tâm thể có thể biết,
Biết chính là Tâm.

Tâm không bản tịch,
Chí Hư, chí Linh,
Tự Không Tịch, Chí Linh mà biết,
Thì là Tiên Tri
Từ không Tịch, Chí Linh mà Giác,
Thì là Tiên Giác.
Không suy mà Giác,
Thì là Chính Giác.
Không nghĩ mà biết,
Gọi là Chân Tri.

Cho nên tổ sư nói:

Không tịch thể thượng,	空寂体上，
Tự hữu bản trí năng tri.	自有本智能知，
Tiện thị Đạt Ma sở truyền Thanh Tịnh tâm dã.	便是达摩所传清净心也。
Tâm thường tịch thị danh tính thể,	心常寂是名性体，
Tâm thường tri thị danh tính dụng.	心常知是名性用。

Không tịch thể thượng,
Đã sẵn có Tri năng tri.
Đó là Thanh Tịnh tâm mà Đạt Ma truyền chúng ta.
Tâm thường tịch, gọi là tính thể,
Tâm thường tri, gọi là tính dụng.

Cho nên Lục Tổ nói:

Thất thiết vạn pháp, bất ly tự tính,	一切万法不离自性，
Tự Tính tự tri, tự Tính tự kiến,	自性自知自性自见，
Tự Tính tự ngộ, tự Tính tự độ,	自性自悟自性自度。
Ngộ Tính hoàn dị, liễu Tâm thậm nan,	悟性还易了心甚难。
Cố Liễu Tâm dã giả, liễu thử Tâm dã,	故了心也者了此心也。
Liễu Tâm tắc tâm vô kỳ tâm hĩ.	了心则心无其心矣。
Vô tâm chi tâm, thị vị Chân Tâm.	无心之心是谓真心。
Chân tâm thị Tính, Chân Tính thị Tâm.	真心是性真性是心。

Tất cả Vạn Pháp, không lìa Tự Tính,
Tự Tính trụ tri, Tự Tính tự thấy,
Tự Tính tự ngộ, Tự Tính tự độ,
Ngộ Tính còn dễ, liễu tâm thật khó,
Liễu Tâm là liễu cái Tâm này,
Liễu Tâm là Tâm không còn Tâm vậy.
Tâm mà Vô Tâm, thì là Chân Tâm,
Chân Tâm là Tính,
Chân Tính là Tâm.

Thái Thượng nói:

Liễu Tâm chân Tính, 了心真性，
Liễu Tính Chân Tâm, 了性真心，
Không vô không hư, 空无空虚，
Vô xứ Liễu Chân. 无处了真。
Thị vị Chân không bất không, 此谓真空不空，
Không vô sở Không, 空无所空，
Tức thị liễu kiến Bản Tâm dã. 即是了见本心也。
Liễu tâm là thấy Chân Tính,
Liễu Tính là thấy Chân Tâm.
Không không phải Không Hư,
Vô xứ là Liễu Chân.
Nên nói chân không không phải là không
Không không là Không,
Là thấy Bản Tâm vậy.

Bàng Cư Sĩ nói:

Thập phương đồng tụ hội, 十方同聚会，
Cá cá học Vô Vi, 个个学无为。
Thử thị tuyển Phật tràng, 此是选佛场，
Tâm Không cập đệ qui. 心空及第归。
Muôn nơi tụ họp về,
Ai ai cũng học Vô Vi,
Đây là trường thi tuyển Phật,
Tâm không đỗ đầu về.

Khi đã giác ngộ được chữ Không hoàn toàn, thì sẽ thấy được Bản Tính.

Hoa Nghiêm Kinh viết:

Pháp tính bản không tịch, 法性本空寂，
Vô thủ diệc vô kiến, 无取亦无见。
Tính Không tức thị Phật, 性空即是佛，
Bất khả đắc tư lường. 不可得思量。
Pháp tính vốn không tịch,
Bắt thấy đều không được.
Tính Không vốn là Phật,
Suy nghĩ không sao cùng.

Nguyên là Tính Thể bản Không, Tâm Thể bản Định. Vô không, vô vô không là tất cánh không. Vô định, Vô vô định gọi là Chân Như định. Tuy tu không, nhưng không phải để chứng không. Tuy đắc Định, nhưng không phải để chứng Định. Không có Định tưởng, thì là Chân Định. Không Định triệt cực, thì sẽ thông đạt Vô Ngại. Một khi Thiên Cơ đã lộ xuất, Tuệ Tính sẽ thông Linh, y như bông sen hồng nở, y như bừng tỉnh mộng. Bỗng chốc cảnh giới Kiền Nguyên hiện ra. Sung mãn đất trời, và thấy Vô Tận Tạng. Như vậy Tâm tính luôn sáng ngời, rực rỡ không tối. Sáng soi vũ trụ, soi thấy cổ kim. Biến hóa vô phương, thần diệu mạc trắc. Lúc ấy Tuệ

Nhãn sẽ khai, phàm tâm với Phật Tâm tri kiến giống nhau, thế là Kiến Tính tới triệt để, tu hành tới chỗ rốt ráo. Cho nên Nhất Tính sẽ Viên Minh, và lục thông sẽ đầy đủ.

Lục Thông là gì ? Ngọc Dương Đại Sư nói: "Tọa Thiền đến lúc cực tĩnh, thì Tâm quang sẽ phát hiện. Trong sẽ thấy phế phủ, ngoài sẽ thấy lông mày. Thần Trí sẽ dũng mãnh, ngày trao vạn lời, thuyết diệu đàm huyền, vô cùng vô cực. Thế là Cảnh Thông - 境通."

Chẳng ra khỏi lều tranh, mà biết chuyện tương lai. Mình ngồi trong nhà, cách tường nhìn thấy vật, thế là Thần Cảnh Thông - 神境通.

Đang lúc ngồi ngay nhắn, tự nhiên mê bế, không biết gì. Sau đó Tâm Địa khuếch nhiên đại khai, địa lý sơn hà, thấy như nét chỉ tay trong bàn tay. Thế là Thiên Nhãn Thông - 天眼通.

Nghe tiếng thập phương, như ở bên tai. Nhớ việc kiếp trước như việc nhãn tiền, thế là Thiên Nhĩ Thông - 天耳通.

Hoặc ngày hoặc đêm, nhập vào Đại Định, trên thấy Thiên Đường, dưới thấy Địa Ngục, nhìn thấy vô số kiếp trước, túc mạng hiển bày, thế là Túc Tín Thông - 宿信通.

Thần thông biến hóa, xuất nhập tự tại, nhìn thấy tâm mọi chúng sinh, biết chúng suy nghĩ gì. Tuy chúng chưa phát hiện, mà đã biết rành, tuy ý nhiệm chúng chưa manh nha, mà đã biết trước hết, thế là Tha Tâm Thông - 他心通.

Tử Tư nói:

Tâm chi tinh thần chi vị Thánh,	心之精神之谓圣。
Cố Tâm Định nhi năng tuệ,	故心定而能慧
Tâm tịch nhi năng cảm,	心寂而能感，
Tâm tĩnhh nhi năng tri,	心静而能知，
Tâm không nhi năng linh,	心空而能灵，
Tâm thành nhi năng minh,	心诚而能明，
Tâm hư nhi năng giác.	心虚而能觉。

Tinh thần của tâm thì gọi là Thánh,
Cho nên Tâm định thì phát huệ,
Tâm yên thì năng cảm,
Tâm tĩnh thì sẽ biết,
Tâm không sẽ linh giác,
Tâm thành sẽ sáng suốt,
Tâm hư sẽ giác ngộ.

Tứ Tổ Đạo Tín nói:

Nhất thiết thần thông tác dụng,	一切神通作用，
Giai thị tự tâm cảm hiện.	皆是自心感现。

Thấy có Thần Thông tác dụng,
Đều do tự tâm cảm hiện.

Anh Lạc Kinh nói:

Thần danh Thiên Tâm,	神名天心，
Thông danh Tuệ Tính,	通名慧性。
Thiên Nhiên chi Tuệ,	天然之慧
Triệt chiếu vô ngại,	彻照无碍，

Cố danh Thần Thông.	故名神通。
Thần Thông cụ túc,	神通具足，
Dũ gia mặc diệu thao quang,	愈加默耀韬光
Tuệ nhi bất dụng,	慧而不用，
Nhược lộ khuê giác	若露圭角，
Khủng nhiễm tà ma	恐染邪魔。.

Thần tên Thiên Tâm,
Thông lên Tuệ Tính,
Thiên Nhiên Tuệ Giác,
Chiếu soi vô ngại.
Nên gọi Thần Thông,
Có đủ Thần Thông,
Không lộ Phong mang,
Không khoe Tuệ Giác,
Nếu lộ Khuê Giác,
E bị tà ma.

Người xưa nói:

Đạo cao nhất xích,	道高一尺，
Ma cao nhất trượng.	魔高一丈。
Chính định chi thời	正定之时，
Hoặc văn chủng chủng thiện ác chi thanh,	或闻种种善恶之声，
Hoặc hiện chủng chủng vi thuận chi cảnh.	或现种种违顺之境，
Tổng thị ma chướng,	总是魔障，
Bất khả trước tha,	不可着他。
Hựu tu Phản Quan,	又须反观
Nhất thân tứ đại,	一身四大
Câu thị giả hợp.	俱是假合
Như mộng như huyễn,	如梦如幻，
Toàn thể phi chân,	全体非真。
Đãn chính thử Tâm,	但正此心，
Ma tự tiêu tự diệt	魔自消自灭。

Đạo cao một thước,
Ma cao một trượng.
Khi ngồi chính định,
Có thể nghe thấy nhiều loại thanh âm thiện ác,
Hay thấy hiện ra vô số cảnh thuận nghịch.
Tất cả đều là ma chướng.
Không thể tin được.
Phải biết Phản Quan,
Thấy thân Tứ Đại,

Đều là giả hợp,
Như mộng, như huyễn,
Toàn thể là sai.
Cứ chính Tâm lại,
Ma sẽ tự tiêu tự diệt.

Cổ Thư nói:

Kiến quái bất quái quái tự vong, 见怪不怪怪自亡，
Kiến ma phi ma ma tự diệt. 见魔非魔魔自灭。
Kiến quái không cho là quái, quái sẽ tự vong,
Thấy ma không cho là ma, ma sẽ tự diệt.

Hoặc nghe tiếng sấm sét trong đầu, hoặc thấy trong mắt có Kim Tinh sáng láng, hoặc trên đầu có ráng hồng cuộn quanh, hoặc dưới chân mày vụt xuất hào quang, tất cả đều là ảo cảnh, không nên bận tâm tới chúng. Chỉ việc hành công phu, đừng mong chứng nghiệm thấy gì.

Cho nên cổ tiên nói:

Đỉnh thượng hữu quang do thị ảo, 项上有光犹是幻，
Vân sinh túc hạ vị vi Tiên, 云生足下未为仙。
Đỉnh đầu phát sáng còn là ảo,
Mây sinh dưới gót chửa là Tiên.

Lại trong khi Thiền Định bỗng thấy Lâu Đài châu túy, nữ nhạc sinh huỳnh, kỳ hoa dị thảo, như là tranh vẽ. Kẻ kia không hiểu, tưởng đã lên trời, biết đâu rằng cái đó là do chính nơi Đan Điền mình, cho ảo cảnh là chân cảnh. Cứ thế đi lên mà không biết đường ra. Lúc này nên dùng hư không mà khuếch sung thêm, thì Thần của ta nơi Thiên Cốc có lẽ thăng nhập Thái Hư, hợp nhất với Thái Hư.

Quán xét hư không là quán xét tự tâm. Tâm vốn chẳng sinh ảo giác, mà ảo giác là do tự tính sinh. Bản lai vốn không tịch, nên mới sáng soi muôn nơi. Y như hư không, quýnh triệt hư tĩnh, biên chiếu khắp nơi, viên minh hạo khiết, như trăng tròn lớn, to như chân không.

Sáng chói không bờ. Trở về quan sát tự thân, thì tâm và thân đều hư không như nhau. Thân hư không thông với hư không trời đất, hư không của trời đất thông với hư không của Thái Hư. Hư không tương thông, thành một miếng. Thế chẳng phải là hợp nhất với Thái Hư sao?

Trước hết là Hư kỳ Tâm, sau đó là Hư kỳ Thân, rồi Hư cả trời đất. Hư chẳng phải là Hư, Hư mà là Vô Hư, Hư mà không biết, Vô Hư mà cũng không biết, nên dương thần của ta xung hư mà ra vào không bị chướng ngại vậy. Sau đó có thể cùng Thiên Địa hợp kỳ đức, đồng thể với Thái Hư. Thế là người đã Hỗn Đồng (Đồng Hóa) với Thái Hư vậy. Thế là mới nói tới giai đoạn lên cùng Thái Hư, chứ chưa vào được Thực Tế của Thái Hư, mới chỉ là luyện Thần chứ chưa phải xuất thần.

Cứ thế tiến lên mãi mãi, cho tới chỗ Vô Tướng khả thương, huyền chi hựu huyền, vô tượng khả tương, bất nhiên nhi nhiên. Thế là đạt tới chỗ Linh Chi Diệu hữu, quán thông khắp Pháp giới, vượt lên trên cõi Vân Hán, hòa hợp với Khung Hạo. Thế là Thiên Cốc Nguyên Thần của ta luyện được tới chỗ chí cực, chí diệu.

Cho nên Chương Tư Khiêm nói:

Đắc Thái Cực toàn thể, 得太极全体，
Kiến Bản Lai diện mục, 见本来面目，
Tiên Thiên nhất điểm chân, 先天一点真，
Hâu thiên tức thị ốc 后天却是屋。

Được Thái Cực toàn thể,
Thấy Bản Lai diện Mục,
Tiên Thiên nhất điểm chân,
Hậu thiên là Nhà vậy.

Huỳnh Thiềm Tử nói: "Luyện Dương Thần Liễu xuất Dương Thần, từ Sắc Giới siêu lên Vô Sắc Giới. Thế là Chứng Thành Diệu Đạo. Cần phải hòa quang vào với Hỗn Độn. Tuy ở Hồng Trần, nhưng không chung ô nhiễm với thế nhân. Tuy sống trong thế giới ô trọc, nhưng hành tàng mạc trắc. Tuy mỗi ngày đều muốn mai danh ẩn tích, ám trung tích đức, khai thành tâm, giảng Phật pháp như cho người uống sữa, hướng dẫn kẻ hậu học, phổ độ chúng sinh, trên báo phật ân, dưới giúp mọi người"

Kinh Kim Cương nói: "Nay có các hạng chúng sinh như noãn sinh, thai sinh, thấp sinh, hóa sinh, như hữu sắc, như vô sắc, như hữu tưởng, như vô tưởng, như phi hữu tưởng, như phi vô tưởng, nay ta sẽ giúp cho họ được giải thoát tất cả, giúp họ nhập Vô Dư Niết Bàn. Như vậy sẽ diệt độ Vô số Lượng, Vô Biên chúng sinh. Thật có nhiều chúng sinh đã được diệt độ." Cho nên sáng ngày đức Thế Tôn thành đạo, Ngài thương chúng sinh và nói: Tiên độ chúng sinh, nhiên hậu tác Phật. 先度众生, 然后作佛。*(Trước độ chúng sinh, sau mới thành Phật).*

Triệu Pháp Sư nói:

Tính bản vô sinh, Cố diệc vô diệt, Thử thật thiên thánh đồng nhiên chi Chân Tâm. Chúng sinh độ tận, Phương nhập Niết bàn. Thử diệc Thiên Thánh đồng qui chi thực tế. 性本无生，故亦无灭, 此实千圣同然之真心。众生度尽, 方入涅槃, 此亦千圣同归之实际。

Tính vốn Vô sinh, Nên cũng Vô Diệt.
Đó là thiên thánh đồng nhiên nhi Chân Tâm.
Chúng sinh độ tận, Mới Nhập Niết Bàn.
Đó là chỗ Thiên thánh thực tế đồng qui vậy.

Vương Phương Bình nói:

Loan hạc lai thời, thừa tử vụ,	鸾鹤来时乘紫雾，
Ngọc Hoàng hữu sắc đăng tiên lộ.	玉皇有敕登仙路。
Cửu huyền thất tổ tận thăng thiên,	九玄七祖尽升天，
Độ liễu quần sinh phương tự độ.	度了群生方自度。

Loan Hạc tới rồi, nương mây tía,
Ngọc Hoàng có chỉ gọi ta lên Tiên Lộ.
Cửu Huyền Thất Tổ lên tiên cả rồi.
Ta độ chúng sinh trước rồi tự độ.

Ôi! Xưa cổ Phật Cao Tiên có một tấm lòng quảng đại, vô tư! Còn như nay có một hạng người chỉ biết một phép, một khẩu quyết, mà muốn giữ hết sức bí mật. Họ sánh với cổ nhân thì thật xấu hổ chết.

Ta đã Vô Niệm từ lâu. Chỉ vì trước muốn độ người, sau mới độ mình. Tâm còn một niệm, chưa thể nói ra. Nay nếu ta làm sẽ tận tiết lộ Thiên cơ. Tuy còn một điều chưa thể nói ra, nay xin nói nốt.

Đạo thư nói:

Âm thần thấy được người, Dương thần người nhìn thấy. Nếu tu một vật, thì Âm Thần sẽ hiện ra, Âm thần sẽ hữu ảnh, vô hình, đó là Quỷ Tiên vậy. Còn nếu tu Tính Mệnh cả hai bên, thì Dương thần sẽ hiện ra. Dương thần thì Hữu ảnh, hữu hình, đó là Thiên Tiên vậy. Cho nên nói: "Đạo bản vô tướng, tiên quí hữu hình." Nhưng nếu xuất thần quá sớm, thì Đạo Kinh thương quở trách. Khi đã có Mẹ, thời phải trở về đầu. Thường lưu thần nơi Thiên Cốc, phục qui như Anh

Nhi, bất thức bất tri, duy thâm, duy tịch. Dương quang vô lậu, nên càng rộng, càng lớn, càng xa càng sáng. Tự nhiên biến hóa sẽ sinh thần, sinh rồi lại sinh, sinh sinh vô tận, hóa rồi lại hóa, hóa hóa vô cùng. Con lại sinh cháu, bách thiên, vạn ức.

Trương Tử Dương viết:

Nhất tải sinh cá nhi, 一载生个儿，
Cá cá hội kỵ hạc. 个个会骑鹤。
Một đời sinh vài trẻ,
Ai ai cũng cưỡi hạc thành tiên.

Trần Nê Hoàn nói:

Nhất tải thai sinh nhất cá nhi, 一载胎生一个儿，
Tử hựu tôn hề, tôn hựu chi. 子又孙兮孙又枝。
Một đời thai sinh được một con,
Con rồi lại cháu, cháu lại chi.

Bạch Ngọc Thiềm nói:

Nhất thể biến da, 一体遍多,
Do lãng nguyệt nhi ảnh phân thiên thủy. 犹朗月而影分千水。
Đa thân nhập nhất, 多身 入一,
Nhược minh kính nhi quang ngụ vạn hình. 若明镜而光寓万形。
Một thân hóa nhiều,
Như trăng sáng phân thành nghìn ảnh.
Nhiều thân nhập một,
Như gương sáng có thể soi vạn hình.

Tiên gia gọi là Phân Thân, Phật gia gọi là Hóa Thân, như đức Thế Tôn không lìa cây Bồ Đề mà vẫn lên Thiên Cung thuyết pháp, lại như Thiện Tài là rừng Sa La mà vẫn gặp các bạn ở 110 thành khác.

Đông Hoa Đế Quân nói:

Pháp thân cương đại thông thiên địa. 法身刚大通天地，
Chân Tính viên minh quán cổ kim. 真性圆明贯古今。
Nhược vị đỉnh môn khai kỳ nhãn, 若未顶门开其眼，
Hưu giáo tán ảnh dữ phân hình. 休教散影与分形。
Pháp thân cương đại thông Thiên Địa,
Chân Tính viên minh quán cổ kim.
Nếu trên đầu chưa khai được mắt thứ ba,
Thì đừng truyền cho phép Phân thân, tán ảnh.

Phân thân tán ảnh không phải là kỳ diệu, vì vẫn còn lệ thuộc vào ảo thân, chưa phải là giải thoát. Nếu muốn thiên biến vạn hóa, há không sợ hại Bản Thể mình sao?

Khi đã được chín năm công phu toàn vẹn, hết sức là thuần túy rồi, sẽ thoát ra ngoài vòng cương tỏa của ngũ hành, trở về được với Vô Cực thủa ban đầu, chứng thực được Diệu Tướng cánh Diệu, được Chân Công, toàn vẹn chí cực, có được thân Kim Cương bất hoại, sẽ sống vạn năm, tự giác, giác tha, tiếp nối được quảng đại chủng tử của Phật Tổ. Sẽ được Tam Thiên Đại Công cáo thành, sẽ có Bạch Hạc đến đón. Sẽ được Ngọc Đế đơn thư tuyên triệu, thân bay lên Kim Khuyết, phản quy Đế Hương, như Chung Ly Ông nói:

Cửu tải công thành nhân sự tận, 九载功成人事尽，
Khiên hoành Thiên Địa bất do thân. 纤横天地不由亲。
Chín năm công thành nhân sự tận
Dọc ngang trời đất chẳng do ta.

Tiểu Tử Hư nói:

Công thành tu thị xuất thần kinh, 功成须是出神经，
Nội viện phồn hoa vật lụy thân. 内院繁华勿累身。
Hội thủ thần tiên siêu thoát pháp, 会取神仙超脱法，
Siêu nhiên khóa hạc cận Tam Thanh. 飘然跨鹤觐三清。
Công thành âu phải xuất Kinh Đô,
Đơn Điền tuy đẹp chớ lụy thân.
Hãy học Tiên xưa phép siêu thoát,
Hãy cưỡi hạc bay viếng Tam Thanh.[184]

Chư tiên thoát xác, không giống nhau. Có người phi thăng tụ Bảo Tháp, có người phi thăng từ Hồng Lâu. Có người nhìn trăng mà đi, có người soi gương mà phi thăng, có người thoát ra tự đỉnh đầu, cho nên sách Huyền Ảo Tập nói:

Tắc đoạn Hoàng Tuyền lộ, 塞断黄泉路，
Xung khai Tử Phủ môn. 冲开紫府门。
Như hà Hải Thiềm Tử, 如何海蟾子，
Hóa hạc xuất Nê Hoàn. 化鹤出泥丸。
Bế tắc Sinh tử lộ,
Mở được cửa Đỉnh Đầu.
Làm sao Hải Thiềm Tử,
Hóa Hạc xuất Nê Hoàn

Trung Hòa Tập viết:

Thành Tựu Đỉnh Môn khai nhất khiếu, 成就顶门开一窍，
Cá trung biệt thị nhất Kiền Khôn. 个中别是一乾坤。

Và mở được Đỉnh Môn đâu có dễ? Trước hết phải dùng Tam Muội Hỏa, thông qua không được. Sau đó dùng Thái Dương Hỏa, nó mới mở ra. Hai thứ hỏa đó xung kích luôn luôn. Thoát chốc, một luồng hồng quang tràn thế giới, lửa tím ngang trời, rồi có một tiếng sét lớn, đỉnh môn mở ra. Cho nên Lữ Thuần Dương nói:

Cửu niên hỏa hậu trực kinh quá, 九年火候直经过，
Hốt nhĩ Thiên Môn đỉnh trung phá. 忽尔天门顶中破。
Chân Nhân xuất hiện đại thần thông, 真人出现大神通，
Tòng thử Thiên Tiên khả tương hạ. 从此天仙可相贺。
Chín năm hỏa hậu vừa mới xong,
Bỗng thấy đỉnh đầu như muốn vỡ.
Chân Nhân xuất hiện Đại Thần Thông,
Từ đó Thiên Tiên có thể đến mừng.

[184] Ngọc Thanh, Thượng Thanh, Thái Thanh = Tiên Cảnh

Chân Nhân xuất hiện, thừa vân khí, cưỡi phi long, thăng Ngọc Kinh, Du Đế Khuyết, phiêu phiêu vân tế, bay lượn trên trời. Có phượng triện, kim thư, mời đến điện Cửu Dương triều kiến Ngọc Hoàng, dự hội Bàn Đào, yến diện cùng vạn thánh. Dung xe loan tùy ý rong chơi, lên mây thì có xe rồng chờ đón, có Tử Phủ Ngao Cung. Có hạc múa trên đầu, có đơn đài quỳnh viện. Muốn đi đâu thì mây đã sẵn dưới chân. Con người bị lửa cháy, còn ta đã ưu du vào Chân Như chi Cảnh. Tang điền biến hiện, nhưng ta đã tiêu diêu nơi Cực Lạc chi thiên.

Ta tụ thời thành hình, tán thời thành khí, ẩn hiện khôn lường, biến hóa vô cùng. Nước lửa không làm được cho ta chết đuối hay cháy tan. Ta sáng như nhật nguyệt, không bóng, không hình; Đao binh không hại được ta, hổ lang không làm ta tổn thương. Âm Dương không làm ta thiên biến, Ngũ Hành không nung nấu được ta. Diêm La không bắt được ta chết. Đế Thích không điều khiển được sự sống của ta. Ta ngang dọc tự do, xuất nhập tự tại. Tin chăng? Tử Dương nói:

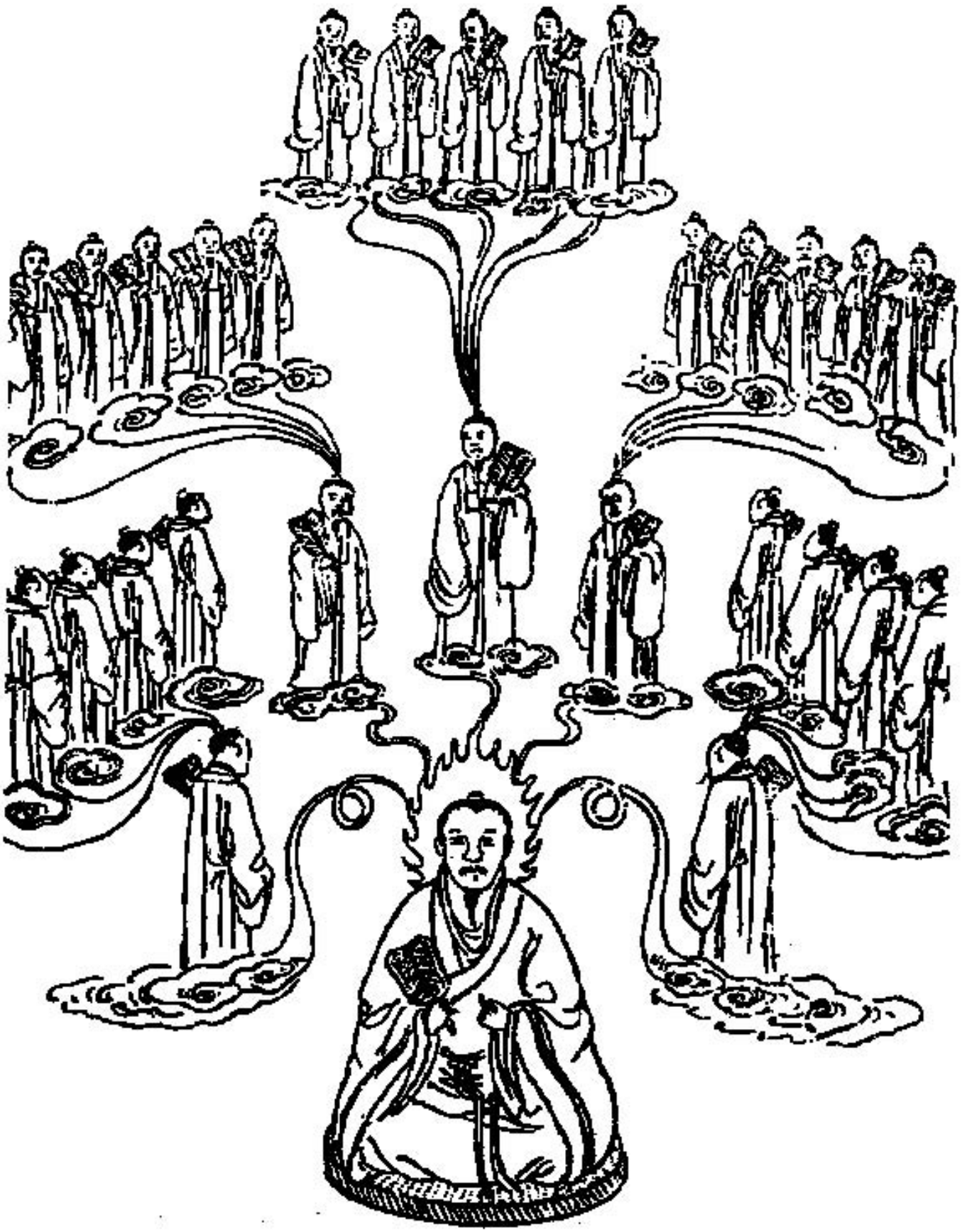
Nhất lạp linh đan thôn nhập phúc, 一粒灵丹吞入腹，
Thủy tri ngã mệnh bất do thiên 始知我命不由天。
Một hạt Kim Đơn nuốt xuống bụng,
Mới hay Ngã Mệnh bất do thiên.

Đó là lúc Đại Trượng Phu sống đắc ý, đó là ngày công thành danh toại. Con người được như vậy, không phải sướng lắm thay.

Thượng Dương Tử nói:

Tổng giai phàm thế bá anh hùng, 总皆凡世播英雄，
Tố tận công danh, đáo để không. 做尽功名到底空。
Duy hữu Kim Đơn tối Linh diệu, 唯有金丹最灵妙，
Đại la thiên thượng hiển Thần Thông. 大罗天上显神通。
Nhìn xem trần thế chúng anh hùng
Công danh dẫu mấy cũng là không
Duy có Kim Đơn là Linh Diệu
Trở thành Thượng Tiên, hiển thần thông

圖五五身化



跨鶴凌霄圖

HỌA GIANG THÀNH LỘ

(Nội dung trong đồ hình)

画江成路

Dục độ vô chu tiếp. 欲渡无舟楫
Ba quang vạn lý thu, 波光万里秋
Khinh huy tu vũ phiến, 轻挥修羽扇
Ngư đoạn đại giang lưu. 鱼断大江流
Ta muốn sang sông, chẳng thuyền bè
Nước sáng muôn tầm, chẳng chi che
Quạt lông sẽ vẫy, phân sóng nước
Làm cá đang bơi mất lối về

Ngang Trì ngư phụ tả ư Hải thượng nhất túc phù gia. 昂池渔父写於海上一粟浮家 (*Ngư phủ Ngang Trì viết tại cái nhà nhỏ như hạt thóc trôi nổi trên biển cả*)

KHÓA HẠC LĂNG TIÊU - 跨鹤凌霄图

(Nội dung trong đồ hình)

Đệ cửu thành truyền Ca Tôn giả, 第九成传迦尊者，
Tụng Kinh trai giới tổng giai không. 诵经斋戒总皆空，
Hà tất tham thiền uổng phí công, 何必参禅枉费工。
Kham tiếu danh sơn bôn tẩu khách, 堪笑名山奔走客，
Bất tri Phật tại kỷ tâm trung. 不知佛在己心中。
Tụng kinh trai giới thảy đều không
Hà tất tham thiền uổng phí công.
Nực cười thiên hạ tìm trong núi
Chẳng hay rằng Phật tại tâm trung.

Mã Ngữ đề 马语题

陽神出現圖

閃閃白毫端裏涌出無相實相之金身

毗盧頂上行
寂滅海中戲
奇哉此妙門
佛祖曾授記

佛因半偈捨全身
高證巍巍萬德尊
了得涅盤正法眼
金剛不壞體長存

心同虛空界
示等虛空法
證得虛空身
無是無非法

陽神出現
爍爍金光
乘彼白雲
逍遙帝鄉

見身無佛是佛身
了心如幻是佛幻
了得身心本性空
斯人與佛何殊別

虛空無內外
心法亦如此
若了空虛做
是達真如理

炎炎捨利光中普現三天大千之世界

DƯƠNG THẦN XUẤT HIỆN ĐỒ - 阳神出现图
(Nội dung trong đồ hình)

Thiểm thiểm bạch hào đoan lý, dũng xuất Vô Tướng Thực Tướng chi kim thân
闪闪白毫端里涌出无相实相之金身
Viêm viêm Xá Lợi quang trung, phổ hiện tam thiên đại thiên chi thế giới
炎炎舍利光中普现三千大天之世界
Trong ánh sáng rực rỡ của hào quang, thấy hiện ra Kim Thân Vô Tướng Thực Tướng,
Hừng hừng trong hào quang Xá Lợi, thấy hiện ra Tam Thiên Đại Thiên chi thế giới.

Tì Lư đỉnh thượng hành, 毗卢顶上行
Tịch diệt hải trung hý. 寂灭海中戏
Kỳ tai thử diệu môn, 奇哉此妙门
Phật tổ tằng thụ ký[185]. 佛祖曾授记
Tì Lư từ đỉnh đầu đi lên,
Ngao du trong biển tịch diệt.
Kỳ thay cánh cửa đó,
Phật tổ cũng thụ ký qua

Dương thần xuất hiện, 阳神出现
Thước thước Kim quang. 烁烁金光
Thừa bỉ bạch vân, 乘彼白云
Tiêu diêu Đế hương. 逍遥帝乡
Dương Thần xuất hiện,
Kim quang rực rỡ.
Cưỡi làn mây trắng,
Bay lên quê Trời.

Phật nhân bán kệ xả toàn thân, 佛因半偈舍全身
Cao chứng nguy nguy vạn đức tôn. 高证巍巍万德尊
Liễu đắc Niết Bàn, Chính Pháp Nhãn, 了得涅盘正法眼
Kim cương bất hoại, thể trường tồn. 金刚不坏体长存
Phật nghe bán kệ, xả toàn thân,
Cao chứng nguy nguy vạn đức tôn.
Biết được Niết Bàn chánh Pháp nhãn,
Thể hiện được Thân Kim Cương Bất Hoại.

Kiến thân vô Phật, thị Phật Thân, 见身无佛是佛身
Liễu tâm như ảo thị Phật ảo. 了心如幻是佛幻
Liễu đắc Thân Tâm bản tính không, 了得身心本性空
Tư nhân dữ Phật hà thù biệt? 斯人与佛何殊别

[185] Thọ ký = Trao cho ký chứng thành Phật. Đó là Ma đỉnh thụ ký = Xoa đầu thọ ký

Thấy thân không Phật, ấy Phật thân
Coi thân như ảo là quan niệm của Phật
Thấy được Tâm Thân Bản Tính vốn không tịch
Người như vậy có gì khác Phật?

Tâm đồng hư không giới, 心同虚空界
Thị đẳng hư không pháp. 示等虚空法
Chứng đắc hư không thân, 证得虚空身
Vô thị vô phi pháp. 无是无非法
Tâm đồng hư không giới,
Hiểu được đạo lý hư không.
Chứng được thân hư không,
Biết được đạo lý vô thị vô phi.

Hư không vô nội ngoại, 虚空无内外
Tâm pháp diệc như thử. 心法亦如此
Nhược Liễu Không Hư cố, 若了空虚做
Thị đạt Chân Như Lý. 是达真如理
Hư không chẳng trong ngoài,
Tâm pháp cũng y vậy.
Hiểu được lẽ Hư Không,
Là hiểu được Chân Như.

BẢN THỂ HƯ KHÔNG SIÊU XUẤT TAM GIỚI
本体虚空超出三界

Sách Tử Đồng Hóa Thư viết: "Khi ta làm quan trong triều, vì nghe bàn về Phật Pháp, nên ta từ quan tu đạo. Gặp một ẩn sĩ dạy ta Tâm Ấn, dạy ta Khẩu Quyết Chính Đáng rằng: Đó là phương pháp qui tịch của một Đại Thánh Nhân Tây Phương, nếu ông niệm tập theo đó, thì có thể thoát vòng sinh tử, sẽ chết mà chẳng bị quên, chung thân sẽ chính giác. Nếu giữa đường mà bỏ, thì cũng như được đất mà bỏ, cũng giúp mình thành thần tiên. Cho nên ta đã xem thần tiên đời Hán, Đường, đều cũng do nơi này mà siêu thoát, như vậy có phải đã Trung Đồ nhi phế theo như Hóa Thư đã nói hay sao?"

Ta đọc Long Nha Tụng thấy nói:

Học đạo như toản hỏa, 学道如钻火，
Phùng yên vị khả hưu. 逢烟未可休。
Học đạo như khoan lửa
Thấy khói chưa được ngừng.

Ta lại khảo sát chư tiên đời Tống, Nguyên, thường thấy họ thi giải 户解 (thoát xác) mà đi, há phải như Long Nha nói: Mới thấy khói mà đã ngừng sao?

Ngày nay, các vị đã thành tiên mà đi, nhưng còn một đoạn công phu cuối cùng, còn có cái gì bất ổn mà các ngài chưa nói ra, như phó Đại Sĩ nói: "Dù trải 8 vạn kiếp, cuối cùng vẫn lạc không vong. Lại không biết rằng thọ mệnh hữu hạn, mà không chịu tu sao? Hay không biết rằng: "Không biết phép này, thì cũng không tu được".

Người theo Mệnh tông chỉ biết Luyện Tinh hóa Khí, Luyện Khí hóa Thần, Luyện Thần hoàn Hư mà thôi, mà quên mất một đoạn là Luyện Hư Hợp Đạo. Cho nên Vô Thượng Sư nói:

Dưỡng đắc Kim Đơn viên tự Nguyệt, 养得金丹圆似月，
Vị miễn hữu viên hoàn hữu khuyết. 未免有圆还有缺。
Hà như luyện cá Thái Dương hồng, 何如炼个太阳红，
Tam giới thập phương câu động triệt. 三界十方俱洞彻。
Dưỡng được Kim Đơn tròn như Nguyệt,
Tuy tròn mà vẫn có khi bị khuyết.
Sao không bắt chước vầng Dương hồng
Tam giới thập phương đều động triệt.

Tu theo đường Thánh, thiếu điều đó không được, cũng tại Đơn Kinh, Tử thư không nói tới đoạn này, chỉ có Lý Thanh Am đã nói tới mà thôi.

Như có môn nhân hỏi: Sau khi thoát thai còn có Tạo hóa không?

Thanh Am nói: "Còn có Tạo Hóa. Thánh Nhân nói: Thân ngoại hữu thân, không có gì là kì dị. Hư Không phấn toái, mới lộ ra Chân tướng. Cho nên sau khi thoát thai, chân mới đáp thực địa, bấy giờ mới đồng thể với Hư Không. Kết thúc bấy giờ mới thỏa đáng". Còn có: Cánh hữu luyện hư nhất trước, đương vu ngôn ngoại cầu chi 更有炼虚一着, 当于言外求之。(*Còn phải luyện hư nữa, phải cầu nơi Ngôn Ngoại*)

Kiến thức trên đây, thú vị siêu việt trên cả chư tiên. Nhưng không nói ra được phương pháp cụ thể. Thế nào là Luyện Hư, quy kết sẽ đi về đâu? Chỉ thấy nói mơ mơ, hồ hồ. Lại cũng không biết rõ ý tổ sư, nên không nói được. Ta há chẳng biết vì không dám tiết lộ thiên cơ, nên không dám nói. Cho nên Thủy Khưu tử than:

Đả phá Hư không, tiêu ức kiếp, 打破虚空消亿劫，
Ký đăng bỉ ngạn xả chu tiếp. 既登彼岸舍舟楫。

Duyệt tận Đơn kinh vạn vạn thiên, 阅尽丹经万万篇，
Mạt hậu nhất đoạn vô nhân thuyết. 末后一段无人说。
Đả phá Hư Không tiêu ức kiếp,
Đã sang Bỉ Ngạn bỏ thuyền chèo.
Đọc hết đơn kinh vạn vạn quyển.
Duy còn đoạn chót chẳng ai bàn.

Cái tâm ấn bí tàng này, chư Phật truyền cho nhau, Tổ Tổ tương thừa, mãi đến Lục Tổ, y bát không còn truyền nữa mới thôi. Từ đấy chư Phật bí tàng như tắc lối vậy. Từ đấy về sau ít người biết đến. Cho nên mới nói: Thất tổ như kim vĩ hữu thân 七祖如今未有人。(*Cho tới nay, Thất tổ không còn ai!*)

Mãi cho đến khi Doãn Chân Nhân xuất hiện, trước là vì ngài có Linh Căn thông tuệ, lại được Giáo Ngoại biệt truyền, có một ngày bỗng chốc Thiền quan tham thấu, ngài khuếch nhiên quán thông và điều bí mật của chư Phật ngày nay lại được phục khai. Cho nên Ngộ Đạo kệ mới viết:

Bả cá nghi đoàn đả phá thời, 把个疑团打破时，
Thiên Phật tâm hoa kim tại tư. 千佛心华今在兹。
Bách xích can đầu thủ tiến bộ, 百尺竿头取进步，
Hư không Chân Tể, thiên nhân sư. 虚空真宰天人师。
Bao cái nghi ngờ nay phá sạch,
Vạn Phật tâm hoa nay tại đây.
Cây cao trăm trượng ta tiến mãi,
Vào tới Hư Không, dạy trời người.

Ta nay vâng lời Thầy dạy, và được phép này, như có được vô giá bảo châu, tức như Kiếm Nam Hòa Thượng nói:

Tự tòng thuyết đắc thử bảo châu, 自从说得此宝珠，
Thích, Phạn, Chuyển Vương câu bất yếu. 释梵轮王俱不要。
Từ khi nghe giảng được Bảo Châu,
Thích, Phạn, Chuyển Vương đều không muốn.

Nhưng cảnh giới Phật thật là cao. Phải vào tới hư không bản thể, Bản Thể hư không mới lên tới Vô Thượng chính đẳng, chính giác và nhập Niết Bàn. Thiệu Khang Tiết nói:

Thánh Nhân dữ Thái Hư đồng thể, 圣人与太虚同体，
Dữ thiên địa đồng dụng. 与天地同用。
Thánh Nhân đồng thể với Thái Hư,
Đồng dụng với Thiên địa.

Ngày nay, người ta không hiểu câu đó ra sao, nên than rằng:

Thể Thái Hư chi thể dĩ vi thể, 体太虚之体以为体，
Dụng Thiên Địa chi Dụng dĩ vi dụng. 用天地之用以为用。
Lấy Bản Thể Thái Hư làm bản thể của mình
Lấy cái dùng của trời đất làm cái dùng của mình.

Câu này cũng như: Cách song khuy nhật 隔窗窥日 (*nhìn mặt trời qua cửa sổ*), bất quá là nhìn thấy quang ảnh mà thôi.

Nếu nói: Lấy Bản Thể Thái Hư làm bản thể mình, thì y như có vừng Thái Hư riêng rẽ cho ta lấy làm Bản Thể. Cái gì có thể là Thái Hư?

Nếu nói: Lấy cái dùng của Trời Đất làm cái dùng của mình, thì y như có một Thiên Địa riêng biệt và ta lấy đó mà dùng. Cái gì có thể là Thiên Địa?

Cho nên Thái Hư có biết mình có Bản Thể không? Hay là không biết mình có Bản Thể?

Trời Đất có biết mình có cái dụng không? Hay không biết mình có cái dụng ?

Thái Hư không biết mình có Bản Thể mà cái Dụng của Trời Đất lại chính là Bản Thể của Thái Hư. Trời Đất không biết mình hữu dụng, mà Thái Hư chi thể chính là ở tại cái Dụng của Trời Đất. Thể kỳ sở Thể, mà Thể kỳ sở Dụng; Dụng kỳ sở Dụng mà Dụng kỳ sở Thể vậy.

Đến Như Phấn Toái Hư Không mới thật là chính đáng. Tại sao vậy? Vì Bản Thể vốn là Hư Không. Nếu nhìn tướng của Hư Không, thì không có Bản Thể.

Hư Không vốn nát vụn. Nếu ta có tâm phấn toái, thì không có Hư Không.

Cho nên không biết có Hư Không, thì sau đó mới nói được Thái Hư là Bản Thể của Trời Đất. Không biết có phấn toái, nên mới nói: Thái Hư Thiên Địa là Hư Không. Tới được như vậy, thì mới khuy phá được Bản Thể của Hư Không, nhưng cũng chưa an vị được Bản Thể vào trong Hư Không.

Kinh Hoa Nghiêm nói:

Pháp Tính như Hư Không,	法性如虚空，
Chư Phật vu trung trú.	诸佛于中住。
Pháp Tính như Hư Không.	
Chư Phật ở trong đó.	

Khi biết Hư Không là Bản Thể, Bản Thể là Hư Không, phải tu cho tới mức thượng thừa, tiến mãi tiến mãi không ngừng, tiến tới sơn cùng thủy tận, lên cho tới đầu sào trăm trượng, phải tới được chỗ căn nguyên bất sinh bất diệt, cuối cùng lên tới bến bờ bất sinh, bất diệt, lên chỗ trung điểm mới là cực xứ. Cực xứ chính là Hoàn Ngã vu Hư, Phục Ngã vu Vô vậy.

Phản phục là Hồi Cơ vậy. Cho nên Nhất niệm đồng cơ, rất là phù hợp với căn nguyên. Rốt cuộc con người từ Bản Sơ vống từ Hư Vô trung lai, Hư hóa vi Thần, Thần hóa vi Khí, Khí hóa vi Hình, thế là Thuận thời sinh nhân vậy. Nay thì Hình lại hóa thành Khí, Khí lại hóa thành Thần, Thần lại trở về Hư, thế là Nghịch thành tiên vậy.

Cổ Đức nói: "Vật gì cao như Trời, cái đó sinh ra Trời vậy. Cái gì to như Thái Hư? Chính cái đó vận Hư Không vậy. Đại Đạo là mẹ của Hư Không. Hư Không là cha mẹ của Trời Đất."

Trời đất to lớn nên có thể sinh vạn vật. Hư Không vô biên tế nên sinh ra được Trời Đất. Cái không của Không Trung có thể sinh ra Hư Không. Nên nói: Sinh thiên địa, sinh vạn vật, là đều do cái Không Trung chi Trung đó làm chủ vậy. Vì cái Không Trung không phải là Không, cho nên có thể thâm nhập vào vạn vật chi tính, và làm chủ tể vạn vật và biến hóa vạn vật. Lại cũng thâm nhập vào Thiên Địa chi tính, để làm chủ tể vạn vật và biến hóa vạn vật. Bạn chớ nói Cái Không Trung là không, nó có thể thâm nhập vào Thiên Địa chi Tính để làm chủ tể và biến hóa trời đất, nên chẳng lẽ nó chẳng nhập được vào Hư Không chi tính để làm chủ tể và biến hóa nó hay sao?

Và Không Trung không phải là Không, nó là Chân Không vậy. Chân Không là Đại Đạo. Nay người mới Luyện Thần hoàn Hư, thì mới là vào Nghĩa Thứ Hai, chưa vào được chỗ Vô Thượng chí Chân của Đức Lão Tử. Luyện Hư hợp Đạo mới là Nghĩa Thứ Nhất, tức như Phật dạy, đó mới là Tối Thượng Thừa vậy,

Tuy tận vị lai tế,	虽尽未来际，
Biến du chư Phật sát.	遍游诸佛刹。
Bất cầu thử diệu Pháp,	不求此妙法，
Chung bất thành Bồ Tát.	终不成菩萨。

Tuy đi cùng khắp nơi,
Tuy vãng du được các chùa,
Nếu không được diệu pháp này,
Ắt không thành Bồ Tát.

Phép này chỉ là Phục Luyện Dương Thần, tức là trở về với Tì Lô Tính Hải của chúng ta. Trước đây, ta có nói về phần Phân hình Tán ảnh nhiếp quy về Bản thể. Rồi lại nói về Thần Bản Thể tiêu quy Thiên Cốc, rồi lại nói về Thần Thiên Cốc thoái tàng về Tổ khiếu. Như rồng mang châu dưới cằm, như hạc ấp trứng, hết sức cẩn thận. Không thể cho lọt ra ngoài. Bao nhiêu công trình tu luyện trước đây, bao nhiêu chứng nghiệm trước đây, nhất tề tịch diệt, để vào Niết bàn, tựa như Thích Ca ở yên tại Ma Kiệt, như Tịnh Danh lặng yên tại Tì Gia, đó là theo lẽ Trời phục phản Tính Mệnh, phục Hư Không. Đến đây là 5 lần biến hóa, biến hóa vô tận. Nếu không thông linh biến hóa thì không thể đạt tới chỗ biến hóa như vậy.

Cho nên, Thần càng luyện càng linh, vàng càng luyện càng tinh, luyện đi rồi luyện lại, thì một lò lửa luyện Hư Không sẽ trở thành vi trần. Vạn khoảnh thủ bình chiếu thế giới lớn như hạt gạo. Thoát chốc Thần Quang sẽ mãn huyệt, Liệt Diệm sẽ đằng không. Từ nội khiếu ra đến ngoại khiếu, Đại khiếu bên ngoài có chín, khiếu khiếu đều có Thần Quang; Tiểu khiếu có 8.400, mà trong 8.400 khiếu đó, khiếu nào cũng có Thần Quang; Nội ngoại đều đỉnh để thấu triệt, chỗ nào cũng có Thần Quang. Như trăm nghìn ngọn đèn chiếu soi một nhà. Các đèn phản chiếu lẫn nhau. Ánh sáng rạng ngời, mà người vật nhất nhất đều chiếu diệu trong Thần Quang đó. Thật là thật rồi, không sao hơn được vậy.

Nếu không tắc được cả đất trời, thì làm sao Khổng Tử nói được: Kiền Nguyên thống thiên 乾元统天? Rồi lại liễm thần thao quang, tiêu quy Tổ khiếu 敛神韬光，销归祖窍. Không vương vấn cái gì, y tịch diệt định mà tịch diệt nó. Tịch diệt lâu lai, thì thần quang như mây sinh điện, từ Trung Khiếu lên Thượng Khiếu, khiếu lớn khiếu nhỏ, khiếu nào cũng có Thần Quang, quang minh động dược, thấu triệt vạn phương, thượng triệt Thiên Giới, hạ tắc Địa Giới, trung triệt Nhân Giới. Trong suốt Tam Giới đều có Thần Quang, như gương soi của họ Tần, như Đế Châu soi rõi trùng trùng giao quang, lịch lịch tề hiện. Dù thần, dù quỷ, đều chiếu diệu bên trong. Thật là kỳ diệu vậy, nhưng cũng chưa phải đã là kỳ diệu nhất.

Tuy nhiên, nếu không biến nhập được vào trần sa pháp giới, thì chưa đạt được đến tầm mức Tì Lư Giá Na của đức Phật. Lại liễm thần thao quang, tiêu quy vào trong Tổ khiếu. Không nhiễm chút chi, y phép Tịch Diệt mà tiêu diệt nó, tịch diệt lâu lai, thì sự biến hóa của 6 rồng đã thành toàn, Thần Quang sẽ biến thành Phật Quang, như Mặt Trời đỏ rực, từ Tổ khiếu nhảy ra bên ngoài, hóa thành vạn vạn hào quang, trực quán cả 9 tầng trời, như trăm nghìn ngày sáng quắc, phóng đại quang minh, tính chiếu cả 3.000 đại thiên thế giới. Cả thánh lẫn thần, và muôn nghìn hiện tượng, tất cả đều hiện ra trong ánh sáng Phật ấy. Cho nên Đại Giác thiền sư nói:

Nhất cá xá lợi quang tập tập,	一个舍利光熠熠，
Chiếu tận ức vạn vô cùng kiếp.	照尽亿万无穷劫。
Tam thiên thế giới tổng quy y,	三千世界总皈依，
Tam thập tam thiên hàm thống nhiếp.	三十三天含统摄。

Ánh sáng Phật quang trông rực rỡ,
Chiếu soi ức vạn vô cùng kiếp.
Tam thiên thế giới cùng quy y,
Tam thiên đại thiên quy về một.

Ánh sáng Phật soi cùng khắp 3.000 đại thiên thế giới, mà vẫn chưa đủ phân lượng, lại từ trong tam thiên đại thiên thế giới phóng phát ra vô lượng bửu quang, sung tắc cả cực lạc thế giới,

rồi lại thăng lên Cà Sa Tràng giới, rồi lại lên Âm Thanh Chuyển giới, rồi lên thẳng Thắng Liên Hoa thế giới, có thể họp dùng Hiền, Thánh, Như Lai vậy.

Tự tòng vô thủy phân ly cho tới nay, nay mới họp mặt lại. Bỉ thử giao quang, vẫn hợp làm một, như như tự nhiên, rộng vô cùng tận.

Cho nên kinh tụng nói:

Chư Phật tự nhất đại viên kính,	诸佛似一大圆镜，
Ngã thân do nhược Ma Ni Châu.	我身犹若摩尼珠。
Chư Phật pháp thân nhập ngã thể,	诸佛法身入我体，
Ngã thân thường nhập chư Phật khu.	我身常入诸佛躯。
Chư Phật tự hồ tấm gương lớn,	
Thân ta giống như Ma Ni Châu.	
Chư Phật Pháp Thân nhập vào ta,	
Thân ta thường nhập thân chư Phật.	

Ngũ Tổ Hoằng Nhẫn nói:

Nhất Phật, nhị Phật, thiên vạn Phật,	一佛二佛千万佛，
Tổng thị tự Tâm vô biệt vật.	总是自心无别物。
Tích nhân thân chủng thiện căn cơ,	昔年亲种善根基，
Kim nhật y nhiên đắc cừ lực.	今日依然得渠力。
Một Phật, hai Phật, thiên vạn Phật,	
Đều do tự Tâm, không biệt vật.	
Năm trước mình gieo Thiện căn cơ,	
Ngày nay tự nhiên được sức đó.	

Hà Trạch Thiền Sư viết:

Bản lai diện mục thị Chân Như,	本来面目是真如，
Xá lợi quang trung nhận đắc cừ.	舍利光中认得渠。
Vạn kiếp mê đầu kim thủy ngộ,	万劫迷头今始悟，
Phương tri Tự Tính thị Văn Thù.	方知自性是文殊。
Bản Lai Diện Mục ấy Chân Như,	
Tại giữa Phật quang nhận ra mi.	
Vạn kiếp mê lầm nay mới ngộ,	
Mới hay Tự Tính chính Văn Thù.	

Tự Tính mà thanh tịnh, thì là Vô Cấu Phật. Tự Tính mà như như, thì là Tự Tại Phật. Tự Tính mà không lầm, thì là Quang Minh Phật. Tự Tính mà kiên cố, thì là Bất Hoại Phật. Tất cả Chư Phật, thân ta có đó, nói không hết lời. Chỉ là một tính. Tính chính là Tâm, Tâm chính là Phật. Phật mới Phật cũ, vốn không có hai. Từ Pháp Thân sinh ra Báo Thân, như tượng từ khuôn sinh. Tượng đã sẵn có, chỉ có một hình không khác nhau. Phật mới Phật cũ, không có hai hình. Từ Pháp Thân đến Báo Thân, như vàng thành tượng. Chưa thành tượng thì là vàng. Nay đã thành tượng, thì chư Phật như tượng Kim Tiên đã thành, còn chúng sinh như là Kim Khoáng chưa thành tượng. Thành và chưa thành, tự phân trước sau, nhưng vàng thì trước sau không hề sai biệt.

Cho nên Kinh Viên Giác nói: Khi vàng đã thành, thì không còn là Khoáng nữa. Qua vô cùng thời vàng vẫn Bất Hoại. Mọi người ai cũng có Tính Vàng đó.

Đến như Vạn Phương hóa sinh, đều là Kim Cương Phật Tính của ta. Và trời đất vạn vật, đều có Như Lai Pháp Thân của ta.

Như vậy mới thấy được rằng: Thiên Địa dữ Ngã đồng căn, vạn vật dữ Ngã nhất thể 天地与我同根, 万物与我一体。Cùng khắp thế giới này cũng đều là Như Lai Tạng, tận đại địa cũng là Pháp Vương Thân. Thực tế vô sai biệt, cùng với Tam Thế Chư Phật đã thành đạo rồi, đều là Chân Không Bình Đẳng với ta, cùng với Thập Loại Chúng Sinh chỉ có một Niết Bàn. Pháp Thân to lớn như vậy, nên Hư Không không thể đón rào vây ngăn được nó. Chân tâm kỳ diệu như vậy, nên quỷ thần không biết đường lối của nó. Cùng tương lai như là một đêm ngày, tận vi trần hải như trong một sát na, cổ kim đều do nó tổng trì.

Trên là trời, dưới là đất, đều do nó sung tắc (nó tức là Pháp Thân và Chân Tâm).

Nhị tổ Huệ Khả nói:

Hốt hốt luân luân thành giá cá, 囫囫囵囵成这个，
Thế thế sinh sinh bất biến thiên. 世世生生不变迁。
Cái đó xưa nay vốn nguyên lành,
Hóa hóa sinh sinh chẳng đổi thay.

Cho nên Thái Thượng nói:

Thiên Địa hữu hoại, 天地有坏，
Giá cá bất hoại. 这个不坏。
Trời đất có hư,
Cái đó không hư.

Cái đó là Chân Ngã; Cái đó là Chân Như; Cái đó là Chân Tính Mệnh; Cái đó là Chân Bản Thể; Cái đó là Chân Hư Không; Cái đó là Chân Thật Tướng; Cái đó là Bồ Đề Đạo Tràng; Cái đó là Niết Bàn Thực Địa; Cái đó là Bất Cấu Bất Tịnh; Cái đó là phi Sắc, phi Không; Cái đó là Tự Giác Thánh Trí; Cái đó là Vô Thượng Pháp Luân; Cái đó là Bản Tính Hư Vô; Cái đó là Hư Vô Thực Thể; Cái đó là Thường Trụ Chân Tâm; Cái đó là Tùy Tâm Tự Tại; Cái đó là Phật chi Diệu Dụng; Cái đó là Khoái Lạc Vô Thượng; Cái đó là Phiền Não Nghiệp Tịnh; Cái đó là Bản Lai Không Tịch; Cái đó là Nhất Thiết Nhân Quả đều như Ảo Mộng; Cái đó là Sinh Diệt, Diệt Dĩ, Tịch Diệt Vi Lạc; Cái đó là Kim Cương Bất Biến, Bất Hoại chi Thân Thể; Cái đó là Vô Thủy Bất Sinh, Bất Diệt chi Nguyên Thần; Cái đó là Bất Khả Lượng, Bất Khả Xưng, Vô Giá Công Đức; Cái đó là Thanh Tịnh Pháp Thân, Viên Mãn Báo Thân, Thiên Bách Ức Hóa Thân, Tì Lô Giá Na Phật.

Kệ rằng:

Thiên thượng, thiên hạ vô như Phật, 天上天下无如佛，
Thập phương thế giới diệc vô tỉ. 十方世界亦无比。
Thế giới sở hữu ngã tận kiến, 世界所有我尽见，
Nhất thiết vô hữu như Phật giả. 一切无有如佛者。
Thiên thượng, thiên hạ không gì bằng Phật,
Thập phương thế giới không biến hóa.
Thế giới sở hữu Ngã tận kiến,
Không thể có gì giống như Phật.

超出三界圖

天地有壞這個不壞這個才是真我這個才是真如這個才是真性命這個才是真本體這個才是真虛空這個才是真實相這個才是菩提道場這個才是涅槃實地這個才是不垢不淨這個才是非色非空這個才是自覺聖智這個才是無上法輪這個才是本性虛無虛無實體這個才是常住真心隨心自在這個才是佛之妙用快樂無量這個才是煩惱業淨本來空寂這個才是一切因果皆無夢幻這個才是生滅滅已寂滅爲樂這個才是金剛不變不壞之真體這個才是無始不生不滅之元神這個方是不可量不可稱不可思議無邊功德這個才是清淨法身圓滿報身千百億化身毗盧遮那佛　偈曰　天上天下無如佛十方世界亦無比世界所有我盡見一切無有如佛者

圖果證盧毗